



DE Yoga- & Stretchmatte Gebrauchsanweisung.....2	IT Tappetino da yoga/stretching Istruzioni per l'uso34
EN Yoga & stretching mat Instructions for use..... 10	TR Yoga ve stretching matı Kullanım kılavuzu.....42
FR Tapis de yoga et d'étirements Mode d'emploi 18	RU Мат для йоги и растяжки Инструкция по применению50
ES Esterilla para yoga y estiramientos Instrucciones de uso26	PL Mata do jogi i rozciągania Instrukcja obsługi58



Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch, bewahren Sie sie für den späteren Gebrauch auf, machen Sie sie anderen Benutzern zugänglich und beachten Sie die Hinweise.

WARNUNG

- Das Gerät ist nur für den Einsatz im häuslichen/privaten Umfeld bestimmt, nicht im gewerblichen Bereich.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Reinigungs und Benutzer-Wartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.
- Wenn die Netzanschlussleitung dieses Geräts beschädigt wird, muss sie entsorgt werden. Ist sie nicht abnehmbar, muss das Gerät entsorgt werden.
- Das Gerät hat eine heiße Oberfläche. Personen, die gegen Hitze unempfindlich sind, müssen bei Gebrauch des Gerätes vorsichtig sein.
- Sie dürfen das Gerät keinesfalls öffnen oder reparieren, da sonst eine einwandfreie Funktion nicht mehr gewährleistet ist. Bei Nichtbeachtung erlischt die Garantie.

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

wir freuen uns, dass Sie sich für ein Produkt unseres Sortimentes entschieden haben. Unser Name steht für hochwertige und eingehend geprüfte Qualitätsprodukte aus den Bereichen Wärme, Gewicht, Blutdruck, Körpertemperatur, Puls, Sanfte Therapie, Massage, Beauty, Baby und Luft.

Mit freundlicher Empfehlung
Ihr Beurer-Team

Zum Kennenlernen

In Ihrer Yoga- & Stretchmatte befinden sich insgesamt 7 Luftkammern. Diese sieben Luftkammern sorgen für ein wohltuendes Ganzkörper-Stretching. Mit der elektrischen Yoga- & Stretchmatte können Sie wirkungsvoll und ohne Hilfe ein wohltuendes Stretching bereiten. Ein Stretching kann entspannend wirken und wird gerne bei Verspannungen oder Müdigkeit eingesetzt. Das Gerät bietet eine kraftvolle, intensive Streckung für den gesamten Körper.

Die Yoga- & Stretchmatte bietet Ihnen folgende Vorteile:

- Wohltuendes Stretching durch 7 Luftkammern,
- einfache Bedienung durch Fernbedienung,
- 3 Intensitätsstufen,
- 4 Programme,
- Zuschaltbare Wärmefunktion,
- Zuschaltbare Vibration,
- Faltbar mit Klettverschluss für praktischen Transport.

Inhaltsverzeichnis

1. Lieferumfang.....	3	8. Tipps zur optimalen Entspannung.....	8
2. Zeichenerklärung.....	3	9. Reinigung und Pflege.....	8
3. Warn- und Sicherheitshinweise.....	4	10. Was tun bei Problemen?.....	8
4. Bestimmungsgemäßer Gebrauch.....	6	11. Entsorgung.....	8
5. Gerätebeschreibung.....	6	12. Technische Angaben.....	8
6. Inbetriebnahme.....	7	13. Garantie/Service.....	9
7. Anwendung.....	7		






1. Lieferumfang






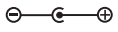




Überprüfen Sie den Lieferumfang auf äußere Unversehrtheit der Kartonverpackung und auf die Vollständigkeit des Inhalts. Vor dem Gebrauch ist sicherzustellen, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.

- 1x Yoga- & Stretchmatte
- 1x Netzteil
- 1x Diese Gebrauchsanweisung

2. Zeichenerklärung

Folgende Symbole werden in der Gebrauchsanweisung bzw. auf dem Gerät verwendet:

	WARNUNG	Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit.
	ACHTUNG	Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden an Gerät/Zubehör.
	Hinweis	Hinweis auf wichtige Informationen.
		Das Gerät ist doppelt schutzisoliert und entspricht also der Schutzklasse 2.
		Nur in geschlossenen Räumen verwenden.

	Verpackung umweltgerecht entsorgen.
	Entsorgung gemäß Elektro- und Elektronik-Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)
	Hersteller
	Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien.
	Die Produkte entsprechen nachweislich den Anforderungen der Technischen Regelwerke der EAWU.
IP20	Geschützt gegen feste Fremdkörper, 12,5 mm Durchmesser und größer
	Polarität
	Energieeffizienzklasse 6
	Gleichstrom
	Kurzschlussfester Sicherheitstransformator
	Schaltnetzteil

3. Warn- und Sicherheitshinweise

Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig! Ein Nichtbeachten der nachfolgenden Hinweise kann Personen- oder Sachschäden verursachen. Bewahren Sie die Gebrauchsanweisung auf und machen Sie diese auch anderen Anwendern zugänglich. Übergeben Sie diese Gebrauchsanweisung bei Weitergabe des Geräts.



WARNUNG

Verwenden Sie das Gerät

- nicht bei Tieren,
- nicht bei einer krankhaften Veränderung oder Verletzung in der zu massierenden Körperregion (z.B. Bandscheibenvorfall, offene Wunde),
- keinesfalls für Massagen im Herzbereich, wenn Sie einen Herzschrittmacher tragen und befragen Sie auch für andere Körperbereiche erst Ihren Arzt,
- niemals an geschwollenen, verbrannten, entzündeten oder verletzten Haut- und Körperpartien,
- nicht bei Risswunden, Akne oder anderen Hauterkrankungen,
- nicht während der Schwangerschaft,
- nicht im Gesicht (Augen), auf dem Kehlkopf oder andere besonders empfindlichen Körperteilen,
- nicht zur Fußmassage,
- nie während Sie schlafen,
- nicht nach der Einnahme von Medikamenten oder Alkohol (eingeschränkte Wahrnehmungsfähigkeit!),
- nicht im Kraftfahrzeug.

Befragen Sie vor der Benutzung des Gerätes Ihren Arzt, vor allem

- wenn Sie an einer schweren Krankheit leiden oder eine Operation am Oberkörper hinter sich haben,
- wenn Sie einen Herzschrittmacher, Implantate oder andere Hilfsmittel tragen,
- bei Thrombosen,
- bei Diabetes,
- bei Schmerzen ungeklärter Ursache.



WARNUNG

Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Es besteht Erstickungsgefahr.

Stromschlag



WARNUNG

Wie jedes elektrische Gerät ist auch dieses Gerät vorsichtig und umsichtig zu gebrauchen, um Gefahren durch elektrische Schläge zu vermeiden.

Betreiben Sie das Gerät deshalb

- nur mit dem mitgelieferten Netzteil und an der auf dem Netzteil angegebenen Netzspannung,
- nie, wenn das Gerät oder Zubehör sichtbare Schäden aufweist,
- nicht während eines Gewitters.

Schalten Sie das Gerät im Falle von Defekten oder Betriebsstörungen sofort aus und trennen Sie das Gerät vom Stromanschluss. Ziehen Sie nicht am Stromkabel oder am Gerät um das Netzteil aus der Steckdose zu ziehen. Halten oder tragen Sie das Gerät niemals am Netzkabel. Halten Sie Abstand zwischen den Kabeln und warmen Oberflächen. Kabel nicht einklemmen, knicken oder drehen. Keine Nadeln oder spitzen Gegenstände hineinstecken.

Stellen Sie sicher, dass das Gerät, die Fernbedienung, das Netzteil und das Kabel nicht mit Wasser, Dampf oder anderen Flüssigkeiten in Berührung kommen. Benutzen Sie das Gerät deshalb nur in trockenen Innenräumen (z.B. nie in der Badewanne, Sauna).

Greifen Sie keinesfalls nach einem Gerät, das ins Wasser gefallen ist. Ziehen Sie sofort den Netzstecker.

Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn Gerät oder Zubehör sichtbare Schäden aufweisen.

Setzen Sie das Gerät keinen Stößen aus und lassen Sie es nicht fallen.

Reparatur



WARNUNG

- Reparaturen an Elektrogeräten dürfen nur von Fachkräften durchgeführt werden. Durch unsachgemäße Reparaturen können erhebliche Gefahren für den Benutzer entstehen. Wenden Sie sich bei Reparaturen an den Kundenservice oder an einen autorisierten Händler.
- Der Reißverschluss der Yoga- & Stretchmatte darf nicht geöffnet werden. Er wird nur aus produktionstechnischen Gründen verwendet.

Brandgefahr



WARNUNG

Bei nicht bestimmungsgemäßem Gebrauch bzw. Missachtung der vorliegenden Gebrauchsanweisung besteht unter Umständen Brandgefahr!

Betreiben Sie das Gerät deshalb

- nie unter einer Abdeckung, wie z. B. Decken oder Kissen,
- nie in der Nähe von Benzin oder anderen leicht entflammaren Stoffen.

Handhabung



ACHTUNG

Nach jedem Gebrauch und vor jeder Reinigung ist das Gerät auszuschalten und auszustecken.

- Schützen Sie das Gerät vor hohen Temperaturen.

4. Bestimmungsgemäßer Gebrauch

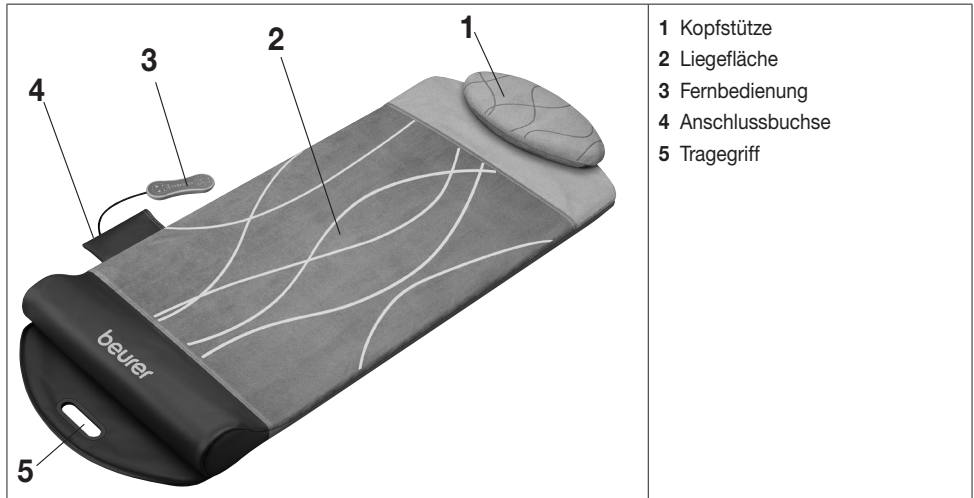
Dieses Gerät ist bestimmt zum Stretching des menschlichen Körpers.

Das Gerät ist **nicht** für Tiere bestimmt.

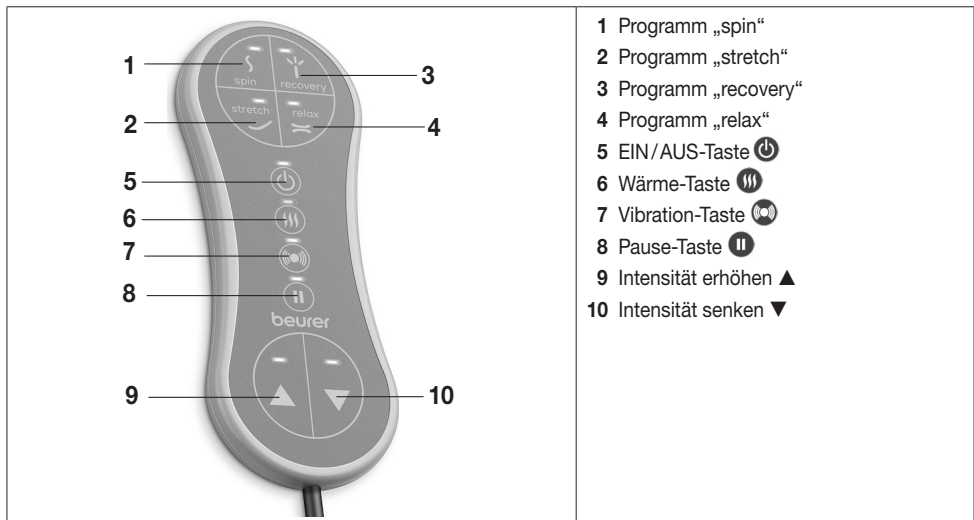
Das Gerät ist nur zur **Eigenanwendung**, nicht für den medizinischen oder kommerziellen Gebrauch bestimmt. Das Gerät kann keine ärztliche Behandlung ersetzen. Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn einer oder mehrere der folgenden Warnhinweise auf Sie zutreffen. Falls Sie unsicher sind, ob das Gerät für Sie geeignet ist, befragen Sie Ihren Arzt. Das Gerät ist nur für den in dieser Gebrauchsanweisung beschriebenen Zweck vorgesehen. Der Hersteller kann nicht für Schäden haftbar gemacht werden, die durch unsachgemäßen oder leichtsinnigen Gebrauch entstehen.

5. Gerätebeschreibung

Yoga- & Stretchmatte



Fernbedienung

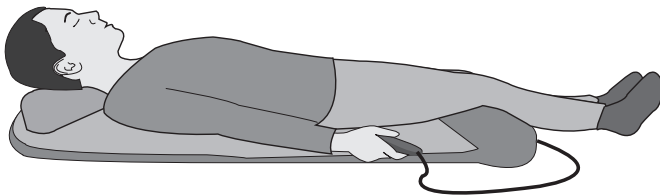



6. Inbetriebnahme





1. Entfernen Sie die Verpackung.
2. Öffnen Sie an der Yoga- & Stretchmatte den Klettverschluss.
3. Legen Sie die Yoga- & Stretchmatte flach ausgebreitet auf einen ebenen Boden. Achten Sie darauf, dass um die Yoga- & Stretchmatte genügend Platz ist, um sich bequem darauf hinlegen zu können.
4. Überprüfen Sie Gerät, Netzteil und Kabel auf Beschädigungen.
5. Verbinden Sie das mitgelieferte Netzteil mit der Anschlussbuchse an der Yoga- & Stretchmatte.
6. Stecken Sie das Netzteil in eine geeignete Steckdose. Verlegen Sie das Netzkabel stolpersicher! Die Yoga- & Stretchmatte ist nun einsatzbereit.



7. Anwendung

1. Ziehen Sie die Schuhe aus. Legen Sie sämtlichen Schmuck ab. Tragen Sie bequeme Kleidung.
2. Legen Sie sich mit dem Rücken auf die Yoga- & Stretchmatte. Achten Sie darauf, dass Ihr Kopf bequem auf der Kopfstütze aufliegt und Ihr Gesäß so nahe wie möglich an der unteren grauen Erhebung anliegt. Sollte die aktuelle Liegeposition unangenehm sein, verändern Sie die Liegeposition, bis Sie bequem liegen.




3. Um nun die Yoga- & Stretchmatte einzuschalten, drücken Sie auf der Fernbedienung die EIN/AUS-Taste .
4. Wählen Sie auf der Fernbedienung Ihr gewünschtes Programm. Die Yoga- & Stretchmatte besitzt vier verschiedene Programme zur Auswahl. Alle vier Programme haben eine Dauer von 15 Minuten. Nach Ablauf der 15 Minuten schaltet sich die Yoga- & Stretchmatte automatisch ab.

 spin	Dieses Programm ist besonders für die Hüfte, die Lenden und die Schultern geeignet. Durch leichte Drehbewegungen können mögliche Verspannungen im Bereich der Hüfte, Lenden oder Schultern gelockert werden.
 recovery	Dieses Programm hilft Ihnen sich zu entspannen und unterstützt Sie beim Auftanken neuer Energien.
 stretch	Dieses Programm wurde so konzipiert, dass Ihre Wirbelsäule in der gesamten Länge sanft gestreckt wird. Dadurch fühlen Sie sich flexibler und ausgeglichener, wie nach einer Yogasitzung.
 relax	Dieses Programm versetzt Ihren gesamten Körper in eine tiefenentspannte Haltung und hilft Ihnen beim Abschalten vom oftmals stressigen Alltag.

5. Wählen Sie mit den Tasten ▲ und ▼ Ihre gewünschte Intensität. Das Gerät verfügt insgesamt über drei Intensitätsstufen. Wir empfehlen Ihnen zunächst mit der niedrigsten Intensitätsstufe zu beginnen. Das Gerät startet automatisch mit der mittleren Intensitätsstufe. Prüfen Sie vorsichtig, ob die Anwendung angenehm für Sie ist. Die Anwendung sollte zu jeder Zeit als angenehm und entspannend empfunden werden. Brechen Sie die Anwendung ab oder ändern Sie ihre Liegeposition, wenn Sie die Anwendung als schmerzhaft oder unangenehm empfinden.
6. Die Yoga- & Stretchmatte bietet die Möglichkeit, zu den Programmen noch zusätzlich Wärme oder Vibration hinzuschalten, um die Anwendung noch angenehmer zu machen.
 Um die Wärme hinzuschalten, drücken Sie auf der Fernbedienung die Wärme-Taste .
 Um die Vibration hinzuschalten, drücken Sie auf der Fernbedienung die Vibration-Taste . Um die Wärme/Vibration wieder auszuschalten, drücken Sie erneut die jeweilige Taste.

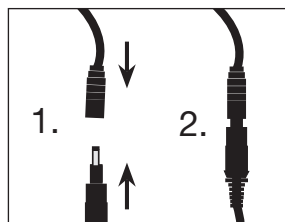
Hinweis

Sie können die Anwendung jederzeit mit der Pause-Taste  pausieren. Um die Anwendung wieder fortzusetzen, drücken Sie erneut die Pause-Taste .

7. Wenn Sie das eingestellte Programm vor Ablauf der 15-minütigen Programmdauer beenden möchten, drücken Sie die EIN/AUS-Taste . Das Gerät ist nun ausgeschaltet.
8. Stecken Sie das Netzteil nach jeder Anwendung aus der Steckdose.

8. Tipps zur optimalen Entspannung

- Versuchen Sie sich während dem Stretching fallen zu lassen und zu entspannen, um die Behandlung möglichst ohne Anstrengung zu genießen.
- Atmen Sie langsam und tief durch die Nase und versuchen Sie einen gleichmäßigen Atemrhythmus zu finden.
- Bei Programmen, welche Drehbewegungen vorgeben, können Sie mit dem Kopf bzw. dem Körper schonend in die Bewegung mitgehen.
- Gewöhnen Sie Ihren Körper zu Beginn behutsam an die Stretch-Bewegungen. Wenn Sie mit der Behandlung vertraut sind und Sie sich wohl damit fühlen, können Sie die Behandlungen so oft wiederholen wie Sie möchten.



9. Reinigung und Pflege

Reinigung





WARNUNG

- Stecken Sie das Netzteil vor jeder Reinigung aus der Steckdose aus und trennen Sie es vom Gerät.
- Reinigen Sie das Gerät nur in der angegebenen Weise. Es darf keinesfalls Flüssigkeit in das Gerät oder das Zubehör eindringen.
- Kleinere Flecken können mit einem Tuch oder feuchten Schwamm und eventuell etwas flüssigem Feinwaschmittel entfernt werden. Verwenden Sie keine lösungsmittelhaltigen Reiniger.
- Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es vollständig trocken ist.

Aufbewahrung

Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht verwenden, empfehlen wir Ihnen, es in der Originalverpackung in trockener Umgebung und ohne Beschwerung aufzubewahren.

10. Was tun bei Problemen?

Problem	Ursache	Behebung
Die 7 Luftkammern des Geräts pumpen sich nicht auf.	Netzteil nicht am Gerät eingesteckt	Netzteil am Gerät einstecken und Gerät mit EIN/AUS-Taste  einschalten
	Gerät schaltet sich nach 15-minütiger Anwendungsdauer der Programme automatisch ab (Abschaltautomatik)	Gerät mit EIN/AUS-Taste  erneut einschalten

11. Entsorgung

Im Interesse des Umweltschutzes darf das Gerät am Ende seiner Lebensdauer nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Die Entsorgung kann über entsprechende Sammelstellen in Ihrem Land erfolgen. Entsorgen Sie das Gerät gemäß der Elektro- und Elektronik Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Bei Rückfragen wenden Sie sich an die für die Entsorgung zuständige kommunale Behörde.



12. Technische Angaben

Netzbetrieb:	
Eingang	100-240 V~, 50/60 Hz, 0,8 A
Ausgang	12,0 V —= 3,0 A, 36,0 W

Durchschnittliche Effizienz im Betrieb:	≥ 87,85 %
Wirkungsgrad bei niedriger Last (10 %):	≥ 83,45 %
Leistungsaufnahme bei Nulllast:	≤ 0,08 W
Maße:	127 x 55 x 10 cm
Gewicht:	ca. 5,5 kg

13. Garantie/Service

Die Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (nachfolgend „Beurer“ genannt) gewährt unter den nachstehenden Voraussetzungen und in dem nachfolgend beschriebenen Umfang eine Garantie für dieses Produkt.

Die nachstehenden Garantiebedingungen lassen die gesetzlichen Gewährleistungsverpflichtungen des Verkäufers aus dem Kaufvertrag mit dem Käufer unberührt.

Die Garantie gilt außerdem unbeschadet zwingender gesetzlicher Haftungsvorschriften.

Beurer garantiert die mangelfreie Funktionstüchtigkeit und die Vollständigkeit dieses Produktes.

Die weltweite Garantiezeit beträgt 3 Jahre ab Beginn des Kaufes des neuen, ungebrauchten Produktes durch den Käufer.

Diese Garantie gilt nur für Produkte, die der Käufer als Verbraucher erworben hat und ausschließlich zu persönlichen Zwecken im Rahmen des häuslichen Gebrauchs verwendet.
Es gilt deutsches Recht.

Falls sich dieses Produkt während der Garantiezeit als unvollständig oder in der Funktionstüchtigkeit als mangelhaft gemäß der nachfolgenden Bestimmungen erweist, wird Beurer gemäß diesen Garantiebedingungen eine kostenfreie Ersatzlieferung oder Reparatur durchführen.

Wenn der Käufer einen Garantiefall melden möchte, wendet er sich zunächst an den Beurer Kundenservice:

Beurer GmbH, Servicecenter

Tel: +49 731 3989-144

Für eine zügige Bearbeitung nutzen Sie bitte unser Kontaktformular auf der Homepage www.beurer.com unter der Rubrik „Service“.

Der Käufer erhält dann nähere Informationen zur Abwicklung des Garantiefalles, z.B. wohin er das Produkt kostenfrei senden kann und welche Unterlagen erforderlich sind.

Eine Inanspruchnahme der Garantie kommt nur in Betracht, wenn der Käufer

- eine Rechnungskopie/Kaufquittung und
- das Original-Produkt

Beurer oder einem autorisierten Beurer Partner vorlegen kann.

Ausdrücklich ausgenommen von dieser Garantie sind

- Verschleiß, der auf normalem Gebrauch oder Verbrauch des Produktes beruht;
- zu diesem Produkt mitgelieferte Zubehörteile, die sich bei sachgemäßem Gebrauch abnutzen bzw. verbraucht werden (z.B. Batterien, Akkus, Manschetten, Dichtungen, Elektroden, Leuchtmittel, Aufsätze, Inhalatorzubehör);
- Produkte, die unsachgemäß und/oder entgegen der Bestimmungen der Bedienungsanleitung verwendet, gereinigt, gelagert oder gewartet wurden sowie Produkte, die vom Käufer oder einem nicht von Beurer autorisierten Servicecenter geöffnet, repariert oder umgebaut wurden;
- Schäden, die auf dem Transportweg zwischen Hersteller und Kunde bzw. zwischen Servicecenter und Kunde entstehen
- Produkte, die als 2.Wahl-Artikel oder als gebrauchte Artikel gekauft wurden;
- Folgeschäden, welche auf einem Mangel dieses Produktes beruhen (es können für diesen Fall jedoch Ansprüche aus Produkthaftung oder aus anderen zwingenden gesetzlichen Haftungsbestimmungen bestehen).

Reparaturen oder ein Komplett austausch verlängern in keinem Fall die Garantiezeit.



Read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

WARNING

- The device is intended only for domestic/private use, not for commercial use.
- This device can be used by children over the age of 8 and by people with reduced physical, sensory or mental skills or a lack of experience or knowledge, provided that they are supervised or have been instructed on how to use the device safely and are aware of the consequent risks of use.
- Children must not play with the device.
- Cleaning and user maintenance must not be performed by children unless supervised.
- If the mains connection cable of this device is damaged, it must be disposed of. If it cannot be removed, the device must be disposed of.
- The device has a hot surface. Persons insensitive to heat must be careful when using the device.
- Under no circumstances should you open or repair the device yourself, as faultless functionality can no longer be guaranteed thereafter. Failure to comply will invalidate the warranty.

Dear customer,

Thank you for choosing a product from our range. Our name stands for high-quality, thoroughly tested products for applications in the areas of heat, weight, blood pressure, body temperature, pulse, gentle therapy, massage, beauty, baby and air.

With kind regards,
Your Beurer team

Getting to know your device

Inside your yoga & stretching mat are a total of 7 air chambers. These 7 air chambers ensure a soothing full-body stretch. With the electric yoga & stretching mat you can prepare a soothing stretch effectively with no help required. Stretching can be relaxing and is often used to combat tension or tiredness. The device provides powerful, intensive stretching for the entire body.

The yoga & stretching mat offers the following benefits:

- Soothing stretching using 7 air chambers
- Easy to use via remote control
- 3 intensity levels
- 4 programmes
- Optional heat function
- Optional vibration
- Foldable design with a hook-and-loop fastener for practical transport

Table of contents

1. Included in delivery.....	11	8. Tips for optimum relaxation.....	16
2. Signs and symbols.....	11	9. Cleaning and maintenance.....	16
3. Warnings and safety notes.....	12	10. What if there are problems?.....	16
4. Intended use.....	14	11. Disposal.....	16
5. Device description.....	14	12. Technical specifications.....	16
6. Initial use.....	15	13. Warranty/service.....	17
7. Use.....	15		






1. Included in delivery






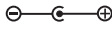




Check that the exterior of the delivery cardboard packaging is intact and make sure that all contents are present. Before use, ensure that there is no visible damage to the device or accessories and that all packaging material has been removed. If you have any doubts, do not use the device and contact your retailer or the specified Customer Service address.

- 1x Yoga & stretching mat
- 1x Mains part
- 1x These instructions for use

2. Signs and symbols

The following symbols appear in the instructions for use and on the device:

	WARNING	Warning notice indicating a risk of injury or damage to health.
	IMPORTANT	Safety note indicating possible damage to the device/accessory.
	Note	Note on important information.
		The unit is double-protected and thus corresponds to protection class 2.
		Only use indoors.

	Dispose of packaging in an environmentally friendly manner.
	Disposal in accordance with the Waste Electrical and Electronic Equipment EC Directive – WEEE
	Manufacturer
	This product satisfies the requirements of the applicable European and national directives.
	The products demonstrably meet the requirements of the Technical Regulations of the EAEU.
IP20	Protected against solid foreign objects 12.5 mm in diameter and larger
	Polarity
	Energy efficiency class 6
	Direct current
	Short-circuit-proof safety isolating transformer
	Switching mains part

3. Warnings and safety notes

Read these instructions for use carefully! Non-observance of the following information may result in personal injury or material damage. Store these instructions for use and make them accessible to other users. Make sure you include these instructions for use when handing over the device to third parties.



WARNING

Do not use the device

- on animals
- if you suffer from a medical abnormality or injury in the area to be massaged (e.g. herniated disc, open wounds)
- under any circumstances for massages in the area around the heart if you wear a pacemaker – and consult your doctor regarding other parts of the body
- on swollen, burnt, inflamed or damaged skin and body parts of any kind
- on cuts, acne or other skin diseases
- during pregnancy
- on the face (eyes), on the larynx or any other particularly sensitive body parts
- for foot massages
- while sleeping
- after the consumption of medicines or alcohol (reduced cognition!)
- in vehicles

You should consult your doctor before using the device, especially

- if you suffer from a severe illness or have recently had surgery on your upper body
- if you have a pacemaker, implants or other aids
- if you suffer from thrombosis
- if you suffer from diabetes
- if you are suffering pain, the cause of which is unknown



WARNING

Keep packaging material away from children. There is the risk of suffocation.

Electric shock



WARNING

As with every electrical device, use this device carefully and cautiously, in order to avoid hazards due to electric shock.

Therefore:

- Use the device only with the mains part provided and at the mains voltage specified on the mains part
- Never use the device if it or its accessories show visible signs of damage
- Do not use the device during a thunderstorm

In the event of defects or operational faults, switch the device off immediately and disconnect it from the mains socket. Do not pull on the mains cable or on the device to disconnect the mains part from the socket. Never hold or carry the device by the mains cable. Keep the cables away from hot surfaces. Do not crush, bend or twist the cables. Do not insert needles or any sharp objects.

Ensure that the device, remote control, mains part and cable do not come into contact with water, steam or other liquids. Only use the device in dry rooms (e.g. never in the bath, sauna).

Never reach for a device that is submerged in water. Disconnect the mains plug immediately.

Do not use the device if it or its accessories are visibly damaged.

Do not drop the device or subject it to any impacts.

Repairs



WARNING

- Only specialist personnel may perform repairs on electrical devices. Improper repairs may subject users to considerable danger. For repairs, please contact Customer Services or an authorised retailer.
- The zip fastening of the yoga & stretching mat must not be opened. It is only used for technical production reasons.

Risk of fire



WARNING

There is a risk of fire if the device is used improperly or these instructions for use are ignored.

Therefore:

- Never use the device underneath a cover, such as a blanket or a pillow
- Never use the device near petrol or other highly flammable substances

Handling



IMPORTANT

The device must be switched off and disconnected after every use and before cleaning.

- Do not expose the device to high temperatures.

4. Intended use

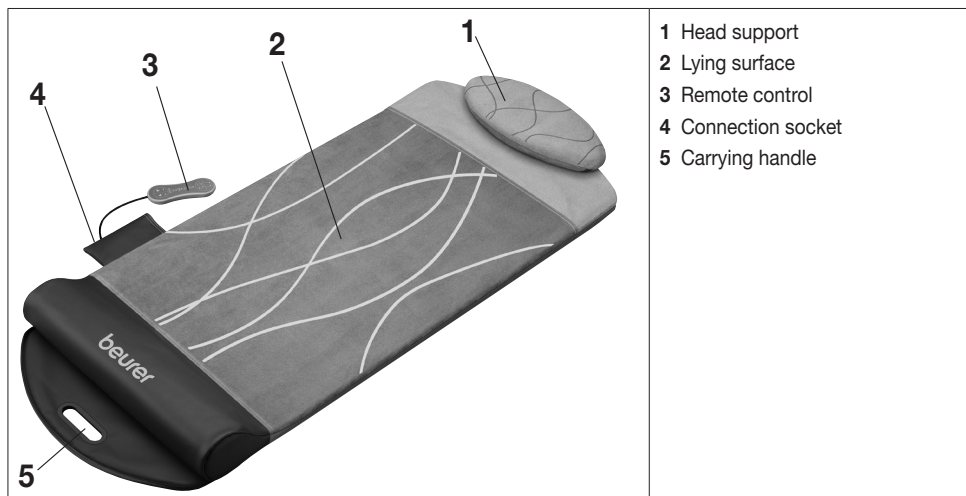
This device is intended to stretch the human body.

The device is **not** suitable for animals.

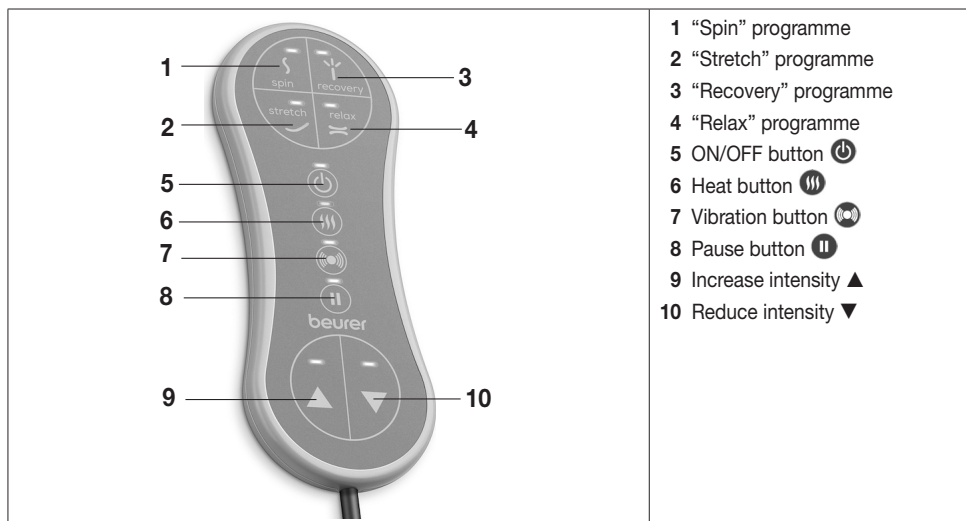
The device is only intended for **private use**, and not for medical or commercial purposes. The device cannot replace medical treatment. Do not use the device if one or several of the following warnings applies to you. If you are unsure whether the device is suitable for you, please consult your doctor. The device is only intended for the purpose described in these instructions for use. The manufacturer is not liable for damage resulting from improper or careless use.

5. Device description

Yoga & stretching mat

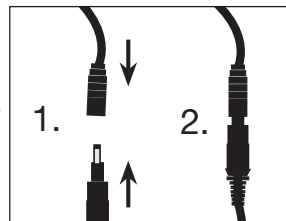


Remote control



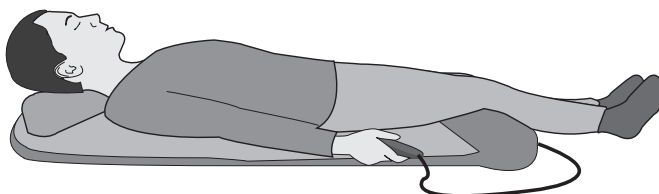
6. Initial use


1. Remove the packaging.
2. Open the hook-and-loop fastener on the yoga & stretching mat.
3. Lay the yoga & stretching mat flat on a level surface. Ensure that there is enough space to lie on the yoga & stretching mat comfortably.
4. Check the device, mains part and cable for damage.
5. Connect the supplied mains part with the connection socket on the yoga & stretching mat.
6. Plug the mains part into a suitable socket. Ensure that the mains cable does not pose a trip hazard. The yoga & stretching mat is now ready for use.









7. Use

1. Remove your shoes. Remove all jewellery. Wear comfortable clothing.
2. Lie on your back on the yoga & stretching mat. Ensure that your head is lying comfortably on the head support and your buttocks are lying as close as possible to the raised grey area at the bottom. Should the current lying position be uncomfortable, change your position until you are lying comfortably.






3. To now turn on the yoga & stretching mat, press the ON/OFF button  on the remote control.
4. Select the desired programme on the remote control. The yoga & stretching mat has 4 different programmes to choose from. All 4 programmes are 15 minutes long. The yoga & stretching mat switches off automatically once the 15 minutes have elapsed.

 spin	This programme is particularly suitable for the hips, lumbar area and shoulders. With gentle rotating movements, possible tension in the hip, lumbar or shoulder areas can be relieved.
 recovery	This programme helps you to relax and recharge.
 stretch	This programme was designed to gently stretch your spine along its full length. As a result you will feel more flexible and balanced, just like after a yoga session.
 relax	This programme deeply relaxes your entire body and helps you to switch off from an often stressful daily routine.

5. Select the desired intensity with the ▲ and ▼ buttons. The device has a total of 3 intensity levels. We recommend that you start by using the lowest intensity level. The device automatically starts on the medium intensity level. Carefully check that the use of the device is pleasant for you. Use of the device should feel pleasant and relaxing at all times. If use of the device is painful or uncomfortable, stop using the device or change your lying position.
6. The yoga & stretching mat offers the option of adding additional warmth or vibration to the programmes, to make use of the device more pleasant. To switch on the heat, press the heat button  on the remote control. To switch on the vibration function, press the vibration button  on the remote control. Press the relevant button again to switch off the heat/vibration function.

Note

You can pause use of the device at any time with the pause button . Press the pause button  again to continue using the device.

- If you would like to end the selected programme before the 15-minute programme duration has elapsed, press the ON/OFF button . The device is now switched off.
- After every use, take the mains part out of the socket.

8. Tips for optimum relaxation

- When stretching, try to let yourself lie back and relax, in order to enjoy using the device without exertion.
- Breathe slowly and deeply through the nose and try to find an even breathing rhythm.
- On programmes that use rotating movements, you can gently move your head or body in line with the movement.
- At the beginning, gently get your body used to the stretching movements. When you are familiar with the use of the device and are comfortable with the treatment, you can repeat the treatment as often as you like.

9. Cleaning and maintenance

Cleaning





WARNING

- Always unplug the mains part from the socket and disconnect it from the device before carrying out any cleaning.
- Clean the device using only the methods specified. Under no circumstances may liquid enter the device or the accessories.
- Small marks can be removed using a cloth or damp sponge, and some liquid delicate laundry detergent where necessary. Do not use any solvent-based cleaning products.
- Do not use the device again until it is completely dry.

Storage

If you do not plan to use the device for a long period of time, we recommend that you store it in the original packing in a dry environment, ensuring it is not weighed down by additional items.

10. What if there are problems?

Problem	Cause	Solution
The device's 7 air chambers do not inflate.	The mains part is not plugged into the device	Plug the mains part into the device and turn on the device using the ON/OFF button 
	The device turns itself off automatically after the 15-minute programme duration (automatic switch-off)	Turn on the device again using the ON/OFF button 

11. Disposal

For environmental reasons, do not dispose of the device in the household waste at the end of its service life. Dispose of the device at a suitable local collection or recycling point in your country. Dispose of the device in accordance with EC Directive – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). If you have any questions, please contact the local authorities responsible for waste disposal.



12. Technical specifications

Mains operation: Input Output	100-240 V~, 50/60 Hz, 0.8 A 12.0 V === 3.0 A, 36.0 W
Efficacité moyenne en fonctionnement :	≥ 87.85 %

Efficiency at low load (10 %):	≥83.45 %
Consommation électrique hors charge :	≤0.08 W
Dimensions	127 x 55 x 10 cm
Poids	env. 5.5 kg

13. Warranty/service

Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, 89077 Ulm, Germany (hereinafter referred to as “Beurer”) provides a warranty for this product, subject to the requirements below and to the extent described as follows.

The warranty conditions below shall not affect the seller’s statutory warranty obligations which ensue from the sales agreement with the buyer.

The warranty shall apply without prejudice to any mandatory statutory provisions on liability.

Beurer guarantees the perfect functionality and completeness of this product.

The worldwide warranty period is 3 years, commencing from the purchase of the new, unused product from the seller.

The warranty only applies to products purchased by the buyer as a consumer and used exclusively for personal purposes in the context of domestic use.

German law shall apply.

During the warranty period, should this product prove to be incomplete or defective in functionality in accordance with the following provisions, Beurer shall carry out a repair or a replacement delivery free of charge, in accordance with these warranty conditions.

If the buyer wishes to make a warranty claim, they should approach their local retailer in the first instance: see the attached “International Service” list of service addresses.

The buyer will then receive further information about the processing of the warranty claim, e.g. where they can send the product and what documentation is required.

A warranty claim shall only be considered if the buyer can provide Beurer, or an authorised Beurer partner, with

- a copy of the invoice/purchase receipt, and
- the original product.

The following are explicitly excluded from this warranty:

- deterioration due to normal use or consumption of the product;
- accessories supplied with this product which are worn out or used up through proper use (e.g. batteries, rechargeable batteries, cuffs, seals, electrodes, light sources, attachments and nebuliser accessories);
- products that are used, cleaned, stored or maintained improperly and/or contrary to the provisions of the instructions for use, as well as products that have been opened, repaired or modified by the buyer or by a service centre not authorised by Beurer;
- damage that arises during transport between manufacturer and customer, or between service centre and customer;
- products purchased as seconds or as used goods;
- consequential damage arising from a fault in this product (however, in this case, claims may exist arising from product liability or other compulsory statutory liability provisions).

Repairs or an exchange in full do not extend the warranty period under any circumstances.



Lisez attentivement ce mode d'emploi, conservez-le pour un usage ultérieur, mettez-le à disposition des autres utilisateurs et suivez les consignes qui y figurent.

⚠ AVERTISSEMENT

- L'appareil ne doit être utilisé que dans un environnement domestique/privé et non dans un cadre professionnel.
- Cet appareil peut être utilisé par les enfants à partir de 8 ans ainsi que les déficients physiques, sensoriels ou mentaux et les personnes ayant peu de connaissances ou d'expérience à la condition qu'ils soient surveillés ou sachent comment l'utiliser en toute sécurité et en comprennent les risques.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec cet appareil.
- Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
- Si le câble d'alimentation électrique de l'appareil est endommagé, il doit être mis au rebut. S'il n'est pas détachable, l'appareil doit être mis au rebut.
- La surface de l'appareil est chaude. Les personnes insensibles à la chaleur doivent faire attention lors de l'utilisation de cet appareil.
- Vous ne devez en aucun cas ouvrir ou réparer l'appareil ; le bon fonctionnement de l'appareil ne serait plus assuré. Le non-respect de cette consigne annulerait la garantie.

Chère cliente, cher client,

Nous vous remercions d'avoir choisi l'un de nos produits. Notre société est réputée pour l'excellence de ses produits et les contrôles de qualité auxquels ils sont soumis. Nos produits couvrent les domaines de la chaleur, du poids, de la pression sanguine, de la température corporelle, de la thérapie douce, des massages, de la beauté, des soins pour bébé et de l'amélioration de l'air.

Sincères salutations,
Votre équipe Beurer

Familiarisation avec l'appareil

Votre tapis de yoga et d'étirements contient 7 chambres d'air. Grâce à ces sept chambres d'air, profitez d'un étirement apaisant dans tout le corps. Avec le tapis électrique de yoga et d'étirements, vous pouvez préparer un étirement bienfaisant efficace et sans aide. Les étirements peuvent avoir un effet relaxant et sont souvent utilisés pour soulager la tension ou la fatigue. L'appareil permet un étirement puissant et intense de tout le corps.

Le tapis de yoga et d'étirements vous offre les avantages suivants :

- étirement bien-être grâce à 7 chambres d'air ;
- utilisation simple grâce à la télécommande ;
- 3 niveaux d'intensité ;
- 4 programmes ;
- fonction de chauffage désactivable ;
- vibration désactivable ;
- pliable avec fermeture auto-agrippante pour un transport pratique.

Table des matières

1. Contenu.....	19	7. Utilisation.....	23
2. Symboles utilisés.....	19	8. Conseils pour une détente complète.....	24
3. Consignes d'avertissement et de mise en garde.....	20	9. Nettoyage et entretien.....	24
4. Utilisation conforme aux recommandations..	21	10. Que faire en cas de problèmes ?.....	24
5. Description de l'appareil.....	22	11. Élimination.....	24
6. Mise en service.....	23	12. Caractéristiques techniques.....	25
		13. Garantie/maintenance.....	25

1. Contenu

Vérifiez si l'emballage carton extérieur du kit est intact et si tous les éléments sont inclus. Avant l'utilisation, assurez-vous que l'appareil et les accessoires ne présentent aucun dommage visible et que la totalité de l'emballage a bien été retirée. En cas de doute, ne l'utilisez pas et adressez-vous à votre revendeur ou au service client indiqué.







1 Tapis de yoga et d'étirements





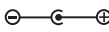




1 Adaptateur secteur

1 Le présent mode d'emploi

2. Symboles utilisés

Les symboles suivants sont employés dans ce mode d'emploi et sur l'appareil :

	AVERTISSEMENT	Ce symbole vous avertit des risques de blessures ou des dangers pour votre santé.
	ATTENTION	Ce symbole vous avertit des éventuels dommages au niveau de l'appareil ou d'un accessoire.
	Remarque	Indication d'informations importantes.
		L'appareil est équipé d'une double isolation de protection et répond à la classe de sécurité 2.
		N'utiliser l'appareil que dans des pièces fermées.
		Éliminer l'emballage dans le respect de l'environnement.

	Élimination conformément à la directive européenne WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) relative aux déchets d'équipements électriques et électroniques
	Fabricant
	Ce produit répond aux exigences des directives européennes et nationales en vigueur.
	Les produits sont complètement conformes aux exigences des règlements techniques de l'UEEA.
IP20	Protection contre les corps solides, diamètre 12,5 mm ou plus
	Polarité
	Classe d'efficacité énergétique 6
	Courant continu
	Transformateur de sécurité protégé contre les courts-circuits
	Bloc à découpage

3. Consignes d'avertissement et de mise en garde

Lisez attentivement ce mode d'emploi ! Le non-respect des instructions suivantes est susceptible d'entraîner des dommages corporels ou matériels. Conservez ce mode d'emploi et tenez-le à la disposition de tous les autres utilisateurs. Si vous transmettez l'appareil à quelqu'un, remettez-lui également ce mode d'emploi.



AVERTISSEMENT

N'utilisez pas l'appareil

- chez les animaux,
- en cas de modification pathologique ou de blessure de la région du corps à masser (par ex. hernie discale, blessure ouverte),
- pour les massages dans la zone du cœur si vous portez un stimulateur cardiaque, et demandez également l'avis de votre médecin au préalable pour les autres parties du corps,
- sur des parties de la peau et du corps enflées, brûlées, irritées ou blessées,
- en cas de déchirures, d'acné ou d'autres maladies cutanées,
- pendant une grossesse,
- sur le visage (yeux), sur le larynx ou sur d'autres zones du corps particulièrement sensibles,
- pour le massage des pieds,
- lorsque vous dormez,
- après la prise de médicaments ou d'alcool (perception altérée !),
- dans un véhicule.

Consultez un médecin avant d'utiliser l'appareil, surtout

- si vous souffrez d'une maladie grave ou avez subi une opération au niveau du haut du corps,
- si vous portez un stimulateur cardiaque, des implants ou d'autres aides,
- si vous souffrez d'une thrombose,
- si vous souffrez de diabète,
- en cas de douleurs de cause inconnue.



AVERTISSEMENT

Conservez les emballages hors de la portée des enfants. Ils pourraient s'étouffer.

Décharge électrique



AVERTISSEMENT

Comme tout appareil électrique, cet appareil doit être utilisé avec précaution et prudence afin d'éviter les dangers dus aux chocs électriques.

Conditions d'utilisation de l'appareil à respecter :

- uniquement avec l'adaptateur secteur fourni et à la tension indiquée sur l'adaptateur secteur,
- jamais quand l'appareil ou les accessoires présentent des dégâts visibles,
- pas pendant un orage.

En cas de défaut ou de panne, éteignez immédiatement l'appareil et débranchez l'alimentation. Ne tirez pas sur le câble d'alimentation ni sur l'appareil pour déconnecter la fiche de la prise. Ne tenez ou ne portez jamais l'appareil par le câble d'alimentation. Gardez les câbles éloignés des surfaces chaudes. Ne pas coincer, plier ou tordre le câble. Ne pas insérer d'aiguilles ou d'objets pointus.

Assurez-vous que l'appareil, la télécommande, le bloc d'alimentation et le câble ne sont pas en contact avec de l'eau, de la vapeur ou d'autres liquides. Utilisez l'appareil seulement dans des pièces à l'intérieur et à l'abri de l'humidité (par ex. jamais dans une salle de bain ou un sauna).

Ne saisissez jamais un appareil qui est tombé dans l'eau. Débranchez immédiatement l'appareil. N'utilisez pas l'appareil si ce dernier ou ses accessoires présentent des dommages apparents. Évitez de heurter ou de faire tomber l'appareil.

Réparation



AVERTISSEMENT

- Seul un spécialiste peut réparer des appareils électriques. Toute réparation inappropriée peut engendrer un danger important pour l'utilisateur. Pour toute réparation, adressez-vous au service client ou à un revendeur agréé.
- La fermeture éclair du tapis de yoga et d'étirements ne doit pas être ouverte. Elle est uniquement utilisée à des fins de technique de production.

Risque d'incendie



AVERTISSEMENT

Toute utilisation inappropriée ou non conforme au présent mode d'emploi peut entraîner un risque d'incendie !

Conditions d'utilisation de l'appareil à respecter :

- jamais sous une couverture ou de coussins par exemple,
- jamais à proximité d'essence ou d'autres matières inflammables.

Utilisation



ATTENTION

L'appareil doit être éteint et débranché après chaque utilisation et avant chaque nettoyage.

- N'exposez pas l'appareil à des températures élevées.

4. Utilisation conforme aux recommandations

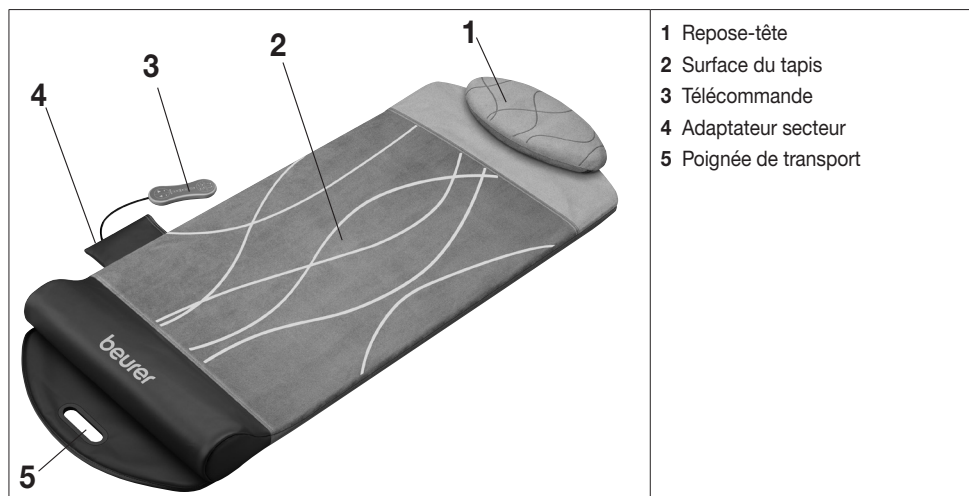
Cet appareil est conçu pour l'étirement des parties du corps humain.

Cet appareil n'est **pas** adapté aux animaux.

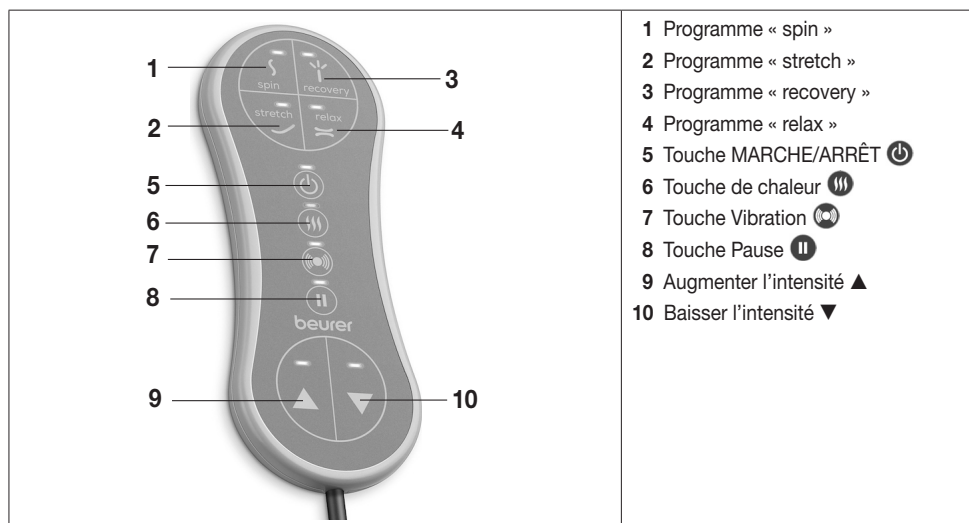
L'appareil est prévu pour un **usage strictement personnel** et non pas pour une utilisation à des fins médicales ou commerciales. Il ne peut pas remplacer un traitement médical. N'utilisez pas l'appareil si vous êtes dans l'un des cas suivants. Si vous n'êtes pas sûr que l'appareil est adapté à votre cas, consultez un médecin. L'appareil est conçu pour l'utilisation décrite dans ce mode d'emploi. Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages causés par une utilisation inappropriée ou non conforme.

5. Description de l'appareil

Tapis de yoga et d'étirements

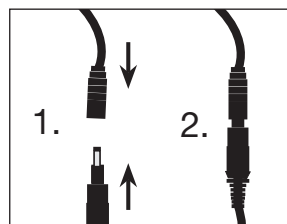


Télécommande



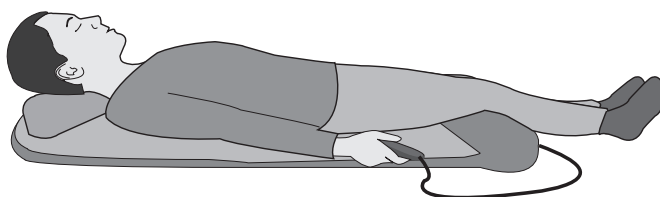
6. Mise en service


1. Retirez l'emballage.
2. Ouvrez la fermeture auto-agrippante du tapis de yoga et d'étirements.
3. Étendez le tapis de yoga et d'étirements sur un sol plat. Assurez-vous que l'espace autour du tapis de yoga et d'étirements est suffisant pour s'y allonger confortablement.
4. Vérifiez que l'appareil, la prise et le câble ne sont pas endommagés.
5. Branchez le bloc d'alimentation fourni à l'adaptateur secteur du tapis de yoga et d'étirements.
6. Branchez le bloc d'alimentation sur une prise secteur adaptée. Placez le câble d'alimentation de manière à ne pas trébucher ! Le tapis de yoga et d'étirements est maintenant prêt à l'emploi.







7. Utilisation



1. Retirez vos chaussures. Enlevez tous vos bijoux. Portez des vêtements confortables.
2. Allongez-vous le dos sur le tapis de yoga et d'étirement. Assurez-vous que votre tête repose confortablement sur le repose-tête et que vos fesses se trouvent aussi près que possible de la zone grise en relief, en bas du tapis. Si vous n'êtes pas à l'aise, bougez jusqu'à ce que vous trouviez une position allongée confortable.





3. Pour allumer le tapis de yoga et d'étirements, appuyez sur la touche MARCHE/ARRÊT de la télécommande .
4. Sélectionnez le programme souhaité à l'aide de la télécommande. Le tapis de yoga et d'étirements dispose de quatre programmes différents. Les quatre programmes durent 15 minutes. À la fin des 15 minutes d'utilisation, le tapis de yoga et d'étirements s'éteint automatiquement.


 spin	Ce programme est idéal pour les hanches, les lombaires et les épaules. Grâce à quelques légers mouvements rotatifs, il est possible de relâcher les tensions éventuelles au niveau des hanches, des lombaires ou des épaules.
 recovery	Ce programme vous aide à vous détendre et à vous ressourcer.
 stretch	Ce programme est conçu pour étirer doucement la colonne vertébrale sur toute sa longueur. Vous retrouvez ainsi souplesse et équilibre, comme après une séance de yoga.
 relax	Ce programme plonge votre corps dans une véritable détente et vous aide à vous détacher du stress de la vie quotidienne.

5. Utilisez les touches ▲ et ▼ pour sélectionner l'intensité souhaitée. L'appareil dispose au total de trois niveaux d'intensité. Nous vous recommandons de commencer par le niveau d'intensité le plus bas. L'appareil démarre automatiquement au niveau d'intensité moyen. Vérifiez attentivement que l'utilisation est confortable pour vous. L'utilisation doit toujours être ressentie comme agréable et relaxante. Interrompez l'utilisation ou modifiez votre position si l'utilisation vous semble douloureuse ou inconfortable.

6. Le tapis de yoga et d'étirements offre la possibilité d'ajouter de la chaleur ou des vibrations pour rendre l'utilisation encore plus agréable. Pour activer la fonction de chaleur, appuyez sur la touche de chaleur  de la télécommande. Pour activer les vibrations, appuyez sur la touche Vibration  de la télécommande. Pour désactiver la fonction de chaleur ou les vibrations, appuyez à nouveau sur la touche correspondante.

Remarque

Vous pouvez faire une pause à tout moment en appuyant sur la touche Pause . Pour reprendre l'utilisation, appuyez à nouveau sur la touche Pause .

7. Si vous souhaitez mettre fin au programme sélectionné avant la fin de la période de 15 minutes, appuyez sur la touche MARCHE/ARRÊT . L'appareil s'éteint alors.
8. Débranchez le bloc d'alimentation de la prise après chaque utilisation.

8. Conseils pour une détente complète

- Pendant les étirements, essayez de vous détendre et de vous relaxer pour profiter au mieux du traitement.
- Respirez lentement et profondément par le nez et essayez de trouver un rythme respiratoire régulier.
- Dans les programmes qui exigent quelques mouvements rotatifs, vous pouvez suivre le mouvement en douceur avec votre tête ou votre corps.
- Au début, habituez doucement votre corps aux étirements. Si vous avez l'habitude des étirements et que vous vous sentez à l'aise, vous pouvez répéter les traitements aussi souvent que vous le souhaitez.

9. Nettoyage et entretien

Nettoyage





AVERTISSEMENT

- Débranchez le bloc d'alimentation de la prise avant chaque nettoyage et déconnectez-le de l'appareil.
- Ne nettoyez l'appareil que conformément aux instructions. En aucun cas du liquide ne doit pénétrer dans l'appareil ou ses accessoires.
- Les petites taches peuvent être éliminées avec un chiffon ou un gant humide et éventuellement un peu de lessive liquide pour linge délicat. N'utilisez pas de produit nettoyant contenant des solvants.
- Ne réutilisez l'appareil que lorsqu'il est tout à fait sec.

Stockage

Si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période prolongée, nous vous recommandons de le ranger dans son emballage d'origine sans rien poser dessus.

10. Que faire en cas de problèmes ?

Problème	Cause	Solution
Les 7 chambres d'air de l'appareil ne se gonflent pas.	Le bloc d'alimentation n'est pas relié à l'appareil	Connecter le bloc d'alimentation à l'appareil et allumer ce dernier en appuyant sur la touche MARCHE/ARRÊT  .
	L'appareil s'éteint automatiquement après 15 minutes d'utilisation (arrêt automatique).	Rallumer l'appareil en appuyant sur la touche MARCHE/ARRÊT  .

11. Élimination

Dans l'intérêt de la protection de l'environnement, l'appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères à la fin de sa durée de service. L'élimination doit se faire par le biais des points de collecte compétents dans votre pays. Veuillez éliminer l'appareil conformément à la directive européenne – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) relative aux appareils électriques et électroniques usagés. Pour toute question, adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.



12. Caractéristiques techniques

Fonctionnement sur secteur :	
Entrée	100 – 240 V~, 50/60 Hz, 0,8 A
Sortie	12,0 V —= 3,0 A, 36,0 W
Efficacité moyenne en fonctionnement :	≥ 87,85 %
Efficacité à faible charge (10 %) :	≥ 83,45 %
Consommation électrique hors charge :	≤ 0,08 W
Dimensions	127 x 55 x 10 cm
Poids	aprox. 5,5 kg

13. Garantie/maintenance

La société Beurer GmbH, sise Söflinger Straße 218, 89077 Ulm, Allemagne, (ci-après désignée « Beurer ») propose une garantie pour ce produit dans les conditions suivantes et dans la mesure prévue ci-après.

Les conditions de garantie suivantes n'affectent en rien les obligations de garantie du vendeur découlant du contrat de vente conclu avec l'acheteur.

La garantie s'applique également sans préjudice de la responsabilité légale obligatoire.

Beurer garantit le bon fonctionnement et l'intégrité de ce produit.

La période de garantie mondiale est de 3 ans à compter de la date d'achat par l'acheteur du produit neuf et non utilisé.

Cette garantie ne s'applique qu'aux produits achetés par l'acheteur en tant que consommateur et utilisés uniquement à des fins personnelles dans le cadre d'une utilisation domestique.

Le droit allemand s'applique.

Si, au cours de la période de garantie, ce produit s'avère incomplet ou défectueux conformément aux dispositions suivantes, Beurer s'engage à proposer gratuitement un remplacement ou une réparation conformément aux présentes Conditions de garantie.

Si l'acheteur souhaite faire valoir la garantie, il doit d'abord s'adresser au revendeur local : cf. liste « Service client à l'international » ci-jointe pour connaître les adresses du service après-vente.

L'acheteur recevra ensuite des informations complémentaires concernant le déroulement de la demande de garantie, par exemple, l'adresse à laquelle envoyer le produit et les documents requis.

Une demande de garantie ne peut être prise en compte que si l'acheteur présente

- une copie de la facture/du reçu et
- le produit d'origine

à Beurer ou à un partenaire autorisé de Beurer.

La présente Garantie exclut expressément

- toute usure découlant de l'utilisation ou de la consommation normale du produit ;
- les accessoires fournis avec le produit qui s'usent ou qui sont consommés dans le cadre d'une utilisation normale du produit (par exemple, piles, piles rechargeables, manchettes, joints, électrodes, ampoules, embouts et accessoires pour inhalateur) ;
- les produits utilisés, nettoyés, stockés ou entretenus de manière inappropriée et/ou contraire aux conditions d'utilisation, ainsi que les produits ouverts, réparés ou modifiés par l'acheteur ou par un service client non agréé par Beurer ;
- les dommages survenus lors du transport entre le fabricant et le client ou entre le service client et le client ;
- les produits achetés en tant qu'article de second choix ou d'occasion ;
- les dommages consécutifs qui résultent d'une défaillance du produit (dans ce cas, toutefois, des réclamations peuvent être soulevées relatives à la responsabilité du fait des produits ou à d'autres dispositions légales obligatoires relatives à la responsabilité).

Les réparations ou le remplacement complet ne prolongent en aucun cas la période de garantie.



Lea atentamente estas instrucciones de uso, consérvelas para su futura utilización, póngalas a disposición de otros usuarios y respete las indicaciones.

ADVERTENCIA

- Este aparato se ha diseñado exclusivamente para su uso privado o en el hogar y no para uso industrial.
- Este aparato puede ser utilizado por niños mayores de 8 años, así como por personas con facultades físicas, sensoriales o mentales limitadas, o con poca experiencia o conocimientos, siempre que estén vigiladas o se les indique cómo usarlo de forma segura y entiendan los peligros que conlleva.
- Los niños no deberán jugar nunca con el aparato.
- Las tareas de limpieza y de mantenimiento ordinario no deberán ser realizadas por niños sin supervisión.
- Si el cable de alimentación de red de este aparato se daña, deberá sustituirse. Si el cable no se puede extraer, el aparato deberá sustituirse.
- La superficie del aparato está caliente. Las personas con insensibilidad al calor deben tener cuidado al utilizar este aparato.
- No debe abrir ni reparar el aparato bajo ningún concepto; en caso contrario, ya no se garantizará su correcto funcionamiento. El incumplimiento de esta disposición anula la garantía.

Estimada clienta, estimado cliente:

Nos alegramos de que haya elegido un producto de nuestra gama. Nuestro nombre es sinónimo de productos de alta y comprobada calidad en el ámbito de aplicación de calor, peso, presión arterial, temperatura corporal, pulso, tratamiento suave, masaje, belleza, bebés y aire.

Atentamente,
El equipo de Beurer

Información general

La esterilla para yoga y estiramientos tiene en total 7 cámaras de aire que permiten un reconfortante estiramiento de todo el cuerpo. La esterilla le permite disfrutar de un estiramiento eficaz y reconfortante sin necesidad de ayuda. El estiramiento puede tener un efecto relajante y se utiliza preferentemente para aliviar tensiones o cansancio. Este aparato le proporciona un estiramiento intenso y vigorizante de todo el cuerpo.

La esterilla para yoga y estiramientos le brinda las siguientes ventajas:

- estiramiento reconfortante gracias a las 7 cámaras de aire,
- manejo sencillo con mando a distancia,
- 3 niveles de intensidad,
- 4 programas,
- función de calor conectable,
- vibración conectable,
- plegable, con cierre autoadherente para facilitar el transporte.

Índice

1. Artículos suministrados	27	8. Consejos para una relajación perfecta	32
2. Símbolos.....	27	9. Limpieza y cuidado	32
3. Indicaciones de advertencia y de seguridad .	28	10. Resolución de problemas.....	32
4. Uso correcto.....	30	11. Eliminación	32
5. Descripción del aparato	30	12. Datos técnicos.....	33
6. Puesta en funcionamiento.....	31	13. Garantía/asistencia.....	33
7. Utilización	31		

1. Artículos suministrados

Compruebe que el envoltorio de los artículos suministrados esté intacto y que su contenido esté completo. Antes de utilizar el aparato deberá asegurarse de que ni este ni los accesorios presentan daños visibles y de que se retira el material de embalaje correspondiente. En caso de duda, no lo use y póngase en contacto con su distribuidor o con la dirección de atención al cliente indicada.

1 Esterilla para yoga y estiramientos





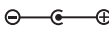




1 Fuente de alimentación

1 Estas instrucciones de uso

2. Símbolos

En las presentes instrucciones de uso y en el aparato se utilizan los siguientes símbolos:

	ADVERTENCIA	Indicación de advertencia sobre riesgos de lesiones u otros peligros para la salud.
	ATENCIÓN	Indicación de seguridad sobre posibles daños del aparato o de los accesorios.
	Nota	Indicación de información importante.
		El aparato cuenta con una protección de aislamiento doble y cumple por tanto los requisitos de la clase de protección 2.
		Utilizar únicamente en espacios cerrados.
		Eliminar el embalaje respetando el medio ambiente.

	Eliminación según la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE)
	Fabricante
	Este producto cumple los requisitos de las directrices europeas y nacionales vigentes.
	Está demostrado que los productos cumplen los requisitos de las normas técnicas de la Unión Económica Euroasiática.
IP20	Protección contra cuerpos extraños sólidos con un diámetro de 12,5 mm y superior
	Polaridad
	Clase de eficiencia energética 6
	Corriente continua
	Transformador de seguridad a prueba de cortocircuitos
	Fuente de alimentación conmutada

3. Indicaciones de advertencia y de seguridad

Lea detenidamente estas instrucciones de uso. El incumplimiento de las siguientes indicaciones puede ocasionar daños personales o materiales. Conserve estas instrucciones de uso y asegúrese de que se encuentren disponibles para otros usuarios. Si entrega el aparato a un tercero, incluya estas instrucciones.



ADVERTENCIA

No utilice el aparato:

- con animales,
- si la zona del cuerpo que va a masajear sufre una lesión de algún tipo (p. ej., una hernia discal o una herida abierta),
- nunca para masajear la zona del corazón si es portador de un marcapasos; para otras zonas del cuerpo consulte a su médico,
- bajo ningún concepto en zonas de la piel o del cuerpo hinchadas, quemadas, inflamadas o heridas,
- si tiene heridas por arañazos, acné u otras enfermedades cutáneas,
- durante el embarazo,
- en la cara (en los ojos en particular), en la zona de la laringe o cualquier otra parte del cuerpo que sea especialmente sensible,
- para masajear los pies,
- jamás mientras duerme,
- si ha tomado medicamentos o alcohol (su capacidad de percepción se verá disminuida),
- mientras conduce.

Consulte a su médico antes de usar el aparato, sobre todo:

- si padece una enfermedad grave o se ha sometido a una operación en el tronco,
- si lleva un marcapasos, implantes u otros productos sanitarios similares,
- en caso de trombosis,
- en caso de diabetes,
- si sufre dolores provocados por motivos que desconoce.



ADVERTENCIA

No deje el material de embalaje al alcance de los niños. Existe peligro de asfixia.

Descarga eléctrica



ADVERTENCIA

Como todos los aparatos eléctricos, este aparato debe utilizarse con extremo cuidado para evitar recibir una descarga eléctrica.

Por tanto, no utilice nunca el aparato:

- más que con la fuente de alimentación suministrada y solo con la tensión de red indicada en ella,
- si este o sus accesorios presentan daños visibles,
- durante una tormenta.

Apague el aparato inmediatamente en caso de detectar defectos o fallos de funcionamiento y desenchúfelo de la toma de corriente. No tire del cable de corriente ni del aparato para desenchufarlo. No sujete ni transporte el aparato agarrándolo por el cable de alimentación. Mantenga los cables alejados de las superficies calientes. No agujeree, doble o retuerza el cable, ni le clave puntas u objetos punzantes.

Asegúrese de que el aparato, el mando a distancia, la fuente de alimentación y el cable no entren en contacto con vapor, agua u otros líquidos. Por tanto, use el aparato únicamente en interiores secos (nunca en la bañera o sauna, por ejemplo).

No toque nunca un aparato que se haya caído al agua. Extraiga inmediatamente el conector de red.

No use el aparato si este o sus accesorios presentan daños visibles.

No golpee el aparato ni deje que se caiga.

Reparación



ADVERTENCIA

- Las reparaciones de los aparatos eléctricos solo debe llevarlas a cabo personal especializado, ya que una reparación inadecuada puede ocasionar peligros considerables para el usuario. Diríjase al servicio de atención al cliente o a un distribuidor autorizado para llevar a cabo las reparaciones.
- No abra la cremallera de la esterilla para yoga y estiramientos. Se usa solo por motivos técnicos de producción.

Peligro de incendio



ADVERTENCIA

En determinadas circunstancias, el uso indebido del aparato o el incumplimiento de las presentes instrucciones puede ocasionar peligro de incendio.

Por tanto, no utilice nunca el aparato:

- cubriéndolo, por ejemplo, con una manta o con cojines,
- cerca de gasolina o de otras sustancias fácilmente inflamables.

Manejo



ATENCIÓN

El aparato se deberá apagar y desenchufar después de cada utilización y antes de cada limpieza.

- Proteja el aparato de temperaturas elevadas.

4. Uso correcto

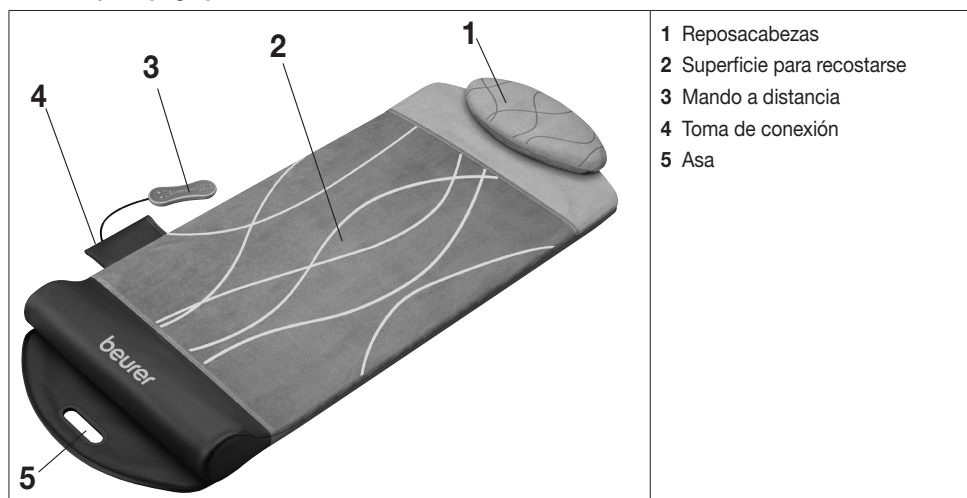
Este aparato ha sido diseñado para realizar ejercicios de estiramiento del cuerpo humano.

El aparato **no** está pensado para el uso con animales.

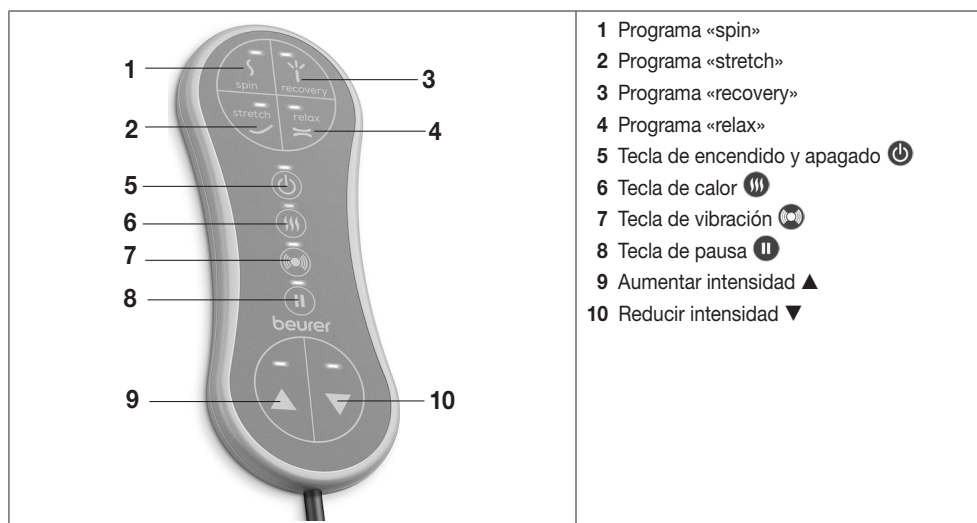
Se ha concebido únicamente para el **uso particular**, no para el uso médico o comercial. No puede sustituir en ningún caso a un tratamiento médico. No use el aparato si tienen aplicación una o varias de las siguientes advertencias. Si tiene dudas de si el aparato es apropiado para usted, consulte a su médico. Este aparato se ha diseñado únicamente para el fin descrito en estas instrucciones de uso. El fabricante no se responsabiliza de los daños derivados de un uso inadecuado o irresponsable.

5. Descripción del aparato

Esterilla para yoga y estiramientos

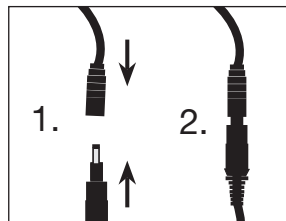


Mando a distancia



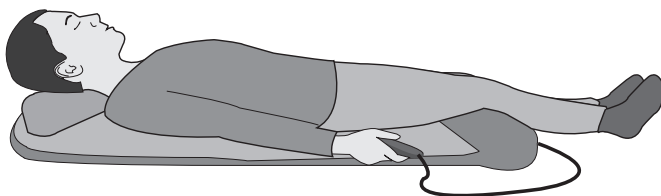
6. Puesta en funcionamiento


1. Retire el embalaje.
2. Abra el cierre autoadherente de la esterilla para yoga y estiramientos.
3. Extienda la esterilla sobre un suelo plano. Asegúrese de dejar suficiente espacio alrededor de la esterilla para poder tumbarse cómodamente encima.
4. Compruebe que el aparato, la fuente de alimentación y el cable no presenten daños.
5. Conecte la fuente de alimentación suministrada a la esterilla.
6. Enchufe la fuente de alimentación a una toma de corriente adecuada. Tienda el cable de alimentación de forma que no se pueda tropezar con él. La esterilla para yoga y estiramientos está ahora lista para su uso.







7. Utilización



1. Descálcese. Quítese todas las joyas o la bisutería que lleve puesta. Utilice ropa cómoda.
2. Recuéstese con la espalda sobre la esterilla para yoga y estiramientos. Acomode la cabeza sobre el reposacabezas y los glúteos lo más cerca posible de la elevación gris de la parte inferior. Si la posición adoptada no le resulta agradable, tumbese en otra posición hasta encontrar una que le resulte cómoda.





3. Para conectar a continuación la esterilla para yoga y estiramientos pulse en el mando a distancia la tecla de encendido y apagado .
4. Seleccione en el mando a distancia el programa que desee. La esterilla ofrece cuatro programas diferentes. Los cuatro programas tienen una duración de 15 minutos. Transcurridos los 15 minutos, la esterilla se apaga automáticamente.


 spin	Este programa es especialmente recomendable para la cadera, la zona lumbar y los hombros. Mediante movimientos giratorios suaves se pueden aliviar posibles tensiones en la cadera, la zona lumbar o los hombros.
 recovery	Este programa le ayuda a relajarse y a recargar las pilas.
 stretch	Este programa se ha diseñado para estirar suavemente la columna vertebral en toda su longitud. Esto le ayudará a sentirse más flexible y equilibrado, como después de una sesión de yoga.
 relax	Este programa le ayuda a adoptar una postura de relajación profunda en todo el cuerpo y a desconectar de la vida cotidiana y el estrés.

5. Seleccione con las teclas ▲ y ▼ la intensidad que desee. El aparato dispone de un total de tres niveles de intensidad. Le recomendamos empezar con el nivel de intensidad más bajo. El aparato comienza a funcionar automáticamente en el nivel de intensidad medio. Compruebe con cuidado si la aplicación le resulta agradable. La aplicación debe resultar agradable y relajante en todo momento. Interrumpa la aplicación o cambie de postura si la aplicación le resulta dolorosa o desagradable.

6. La esterilla para yoga y estiramientos le permite activar de forma complementaria a los programas una función de calor o vibración para hacer la aplicación aún más agradable. Para activar el calor, pulse la tecla de calor en el mando a distancia . Para activar la vibración, pulse la tecla de vibración en el mando a distancia . Para volver a desactivar el calor o la vibración, pulse de nuevo la tecla respectiva.

Nota

Puede interrumpir la aplicación en todo momento con la tecla de pausa . Para reanudar la aplicación, pulse de nuevo la tecla de pausa .

7. Si desea finalizar el programa ajustado antes de transcurrir los 15 minutos de duración, pulse la tecla de encendido y apagado . El aparato está ahora apagado.
8. Extraiga la fuente de alimentación de la toma de corriente después de cada aplicación.

8. Consejos para una relajación perfecta

- Intente dejarse llevar durante el estiramiento y relajarse para disfrutar del tratamiento sin esfuerzo alguno.
- Respire lenta y profundamente por la nariz y trate de encontrar un ritmo de respiración acompasado.
- En los programas que incluyen movimientos giratorios puede acompañar el movimiento suavemente con la cabeza o con el cuerpo.
- Acostumbre su cuerpo al principio paulatinamente a los movimientos de estiramiento. Una vez que se haya familiarizado con el tratamiento y siempre que le procure bienestar, podrá repetir las sesiones tantas veces como desee.

9. Limpieza y cuidado

Limpieza





ADVERTENCIA

- Desconecte siempre de la red y del aparato la fuente de alimentación antes de proceder a la limpieza.
- Limpie el aparato únicamente de la forma indicada. Bajo ningún concepto deben penetrar líquidos en él ni en los accesorios.
- Las manchas pequeñas pueden eliminarse con un paño o una esponja húmeda y, si es necesario, con un detergente líquido suave. No use limpiadores que contengan disolventes.
- No vuelva a utilizar el aparato hasta que esté completamente seco.

Conservación

Si no va a utilizar el aparato durante un largo periodo de tiempo, le recomendamos que lo guarde en su embalaje original en un ambiente seco y sin soportar cargas.

10. Resolución de problemas

Problema	Causa	Solución
Las 7 cámaras de aire del aparato no se inflan.	La fuente de alimentación no está enchufada al aparato	Enchufe la fuente de alimentación al aparato y enciéndalo con la tecla de encendido y apagado 
	El aparato se apaga automáticamente después de los 15 minutos de duración de los programas (mecanismo de desconexión automática)	Vuelva a encender el aparato con la tecla de encendido y apagado 

11. Eliminación

A fin de preservar el medio ambiente, cuando el aparato llegue al final de su vida útil no lo deseche con la basura doméstica. Se puede desechar en los puntos de recogida adecuados disponibles en su zona. Deseche el aparato según la Directiva europea sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE). Para más información, póngase en contacto con la autoridad municipal competente en materia de eliminación de residuos.



12. Datos técnicos

Funcionamiento con conexión a la red: Entrada Salida	100–240 V~, 50/60 Hz, 0,8 A 12,0 V —, 3,0 A, 36,0 W
Efficienza media in funzionamento:	≥ 87,85 %
Efficiencia con baja carga (10 %):	≥ 83,45 %
Potenza assorbita in assenza di carico:	≤ 0,08 W
Dimensioni	127 x 55 x 10 cm
Peso	aprox. 5,5 kg

13. Garantía/asistencia

Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (en lo sucesivo, «Beurer») concede una garantía para este producto. La garantía está sujeta a las siguientes condiciones y el alcance de la misma se describe a continuación.

Las siguientes condiciones de garantía no afectan a las obligaciones de garantía que la ley prescribe para el vendedor y que emanan del contrato de compra celebrado con el comprador.

La garantía se aplicará además sin perjuicio de las normas legales preceptivas.

Beurer garantiza el perfecto funcionamiento y la integralidad de este producto.

La garantía mundial tiene una validez de 3 años a partir de la fecha de compra del producto nuevo y sin utilizar por parte del comprador.

Esta garantía se ofrece solo para productos que el comprador haya adquirido en tanto que consumidor con fines exclusivamente personales en el marco de una utilización privada en el hogar.

Se aplica la legislación alemana.

En el caso de que, durante el periodo de garantía, este producto resultara estar incompleto o no funcionara correctamente conforme a lo dispuesto en las siguientes disposiciones, Beurer se compromete a sustituir el producto o a repararlo según las presentes condiciones de garantía.

Cuando el comprador desee recurrir a la garantía lo hará dirigiéndose en primera instancia al distribuidor local: véase la lista adjunta «Servicio internacional» que contiene las distintas direcciones de servicio técnico.

A continuación, el comprador recibirá información pormenorizada sobre la tramitación de la garantía, como el lugar al que debe enviar el producto y qué documentos deberá adjuntar.

El comprador solo podrá invocar la garantía cuando pueda presentar:

- una copia de la factura o del recibo de compra y
- el producto original

a Beurer o a un socio autorizado por Beurer.

Quedan excluidos explícitamente de la presente garantía

- el desgaste que se produce por el uso o el consumo normal del producto;
- los accesorios suministrados con el producto que se desgastan o consumen durante un uso normal (p. ej., pilas, baterías, brazaletes, juntas, electrodos, luminarias, cabezales y accesorios de inhalación);
- productos cuyo uso, limpieza, almacenamiento o mantenimiento sea indebido o vaya contra lo dispuesto en las instrucciones de uso, así como productos que hayan sido abiertos, reparados o modificados por el comprador o por un centro de servicio técnico no autorizado por Beurer;
- daños que se hayan producido durante el transporte entre las instalaciones del fabricante y las del cliente o bien entre el centro de servicio técnico y el cliente;
- productos que se hayan adquirido como productos de calidad inferior o de segunda mano;
- daños derivados que resulten de una falta del producto. En este caso, podrían invocarse eventualmente derechos derivados de la normativa de responsabilidad de productos o de otras disposiciones de responsabilidad legal preceptiva.

Las reparaciones o la sustitución del producto no prolongarán en ningún caso el periodo de garantía.



Leggere attentamente le presenti istruzioni per l'uso, conservarle per impieghi futuri, renderle accessibili ad altri utenti e attenersi alle indicazioni.

AVVERTENZA

- L'apparecchio è destinato solo a uso domestico/privato e non commerciale.
- Questo apparecchio può essere utilizzato da ragazzi di età superiore a 8 anni e da persone con ridotte capacità fisiche, percettive o mentali o non in possesso della necessaria esperienza e conoscenza, esclusivamente sotto supervisione oppure se sono stati istruiti in merito alle misure di sicurezza e comprendono i rischi ad esse correlati.
- I bambini non devono giocare con l'apparecchio.
- La pulizia e la manutenzione a cura dell'utente non devono essere eseguite da bambini, a meno che non siano sorvegliati.
- Se il cavo di alimentazione dell'apparecchio è danneggiato, è necessario smaltirlo. Nel caso non sia possibile rimuoverlo, è necessario smaltire l'apparecchio.
- L'apparecchio ha una superficie molto calda. Si consiglia alle persone insensibili al calore di utilizzare l'apparecchio con cautela.
- Non aprire o riparare l'apparecchio per non comprometterne il funzionamento corretto. In caso contrario la garanzia decade.

Gentile cliente,

siamo lieti che Lei abbia scelto un prodotto del nostro assortimento. Il nostro marchio è garanzia di prodotti di elevata qualità, controllati nei dettagli, relativi ai settori calore, peso, pressione, temperatura corporea, pulsazioni, terapia dolce, massaggio, Beauty, Baby e aria.

Cordiali saluti
Il team Beurer

Introduzione

Nel tappetino da yoga/stretching si trovano in totale 7 camere d'aria. Queste sette camere d'aria offrono uno stretching benefico per tutto il corpo. Con il tappetino elettrico da yoga/stretching è possibile concedersi un benefico stretching, in modo efficace e senza aiuto. Lo stretching può avere un effetto rilassante e viene utilizzato in particolare in caso di contratture o stanchezza. L'apparecchio offre un allungamento energico e intenso per tutto il corpo.

Il tappetino da yoga/stretching offre i seguenti vantaggi:

- benefico stretching per mezzo di 7 camere d'aria,
- semplicità di utilizzo mediante telecomando,
- 3 livelli di intensità,
- 4 programmi,
- funzione di riscaldamento attivabile,
- vibrazione attivabile,
- praticità di trasporto grazie alla struttura pieghevole con chiusura a strappo.

Indice

1. Fornitura	35	8. Consigli per un rilassamento ottimale	40
2. Spiegazione dei simboli.....	35	9. Pulizia e cura	40
3. Avvertenze e indicazioni di sicurezza	36	10. Che cosa fare in caso di problemi?	40
4. Uso conforme.....	38	11. Smaltimento	40
5. Descrizione dell'apparecchio	38	12. Dati tecnici.....	40
6. Messa in funzione.....	39	13. Garanzia/ Assistenza	41
7. Utilizzo	39		

1. Fornitura

Controllare l'integrità esterna della confezione e la completezza del contenuto. Prima dell'uso assicurarsi che l'apparecchio e gli accessori non presentino nessun danno palese e che il materiale di imballaggio sia stato rimosso. In caso di dubbio, non utilizzare l'apparecchio e consultare il proprio rivenditore o contattare l'Assistenza clienti indicata.







1 Tappetino da yoga/stretching





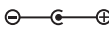




1 Alimentatore

1 Le presenti istruzioni per l'uso

2. Spiegazione dei simboli

I seguenti simboli sono utilizzati nelle istruzioni per l'uso e/o sull'apparecchio:

	AVVERTENZA	Avvertimento di pericolo di lesioni o di pericoli per la salute.
	ATTENZIONE	Indicazione di sicurezza per possibili danni all'apparecchio/agli accessori.
	Nota	Nota che fornisce informazioni importanti.
		L'apparecchio è dotato di doppio isolamento di protezione corrispondente alla classe di protezione 2.
		Utilizzare solo in ambienti chiusi.
		Smaltire la confezione nel rispetto dell'ambiente.

	Smaltimento secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE)
	Produttore
	Il presente prodotto soddisfa i requisiti delle direttive europee e nazionali vigenti.
	I prodotti sono comprovatamente conformi ai requisiti delle normative tecniche dell'UEE.
IP20	Protetto contro la penetrazione di corpi solidi di diametro 12,5 mm e superiore
	Polarità
	Classe di efficienza energetica 6
	Corrente continua
	Trasformatore di sicurezza protetto da cortocircuito
	Alimentatore

3. Avvertenze e indicazioni di sicurezza

Leggere le presenti istruzioni per l'uso con attenzione! Il mancato rispetto delle seguenti indicazioni può provocare danni alle persone o alle cose. Conservare le istruzioni per l'uso e fare in modo che siano accessibili anche agli altri utilizzatori. Consegnare le presenti istruzioni in caso di cessione dell'apparecchio.



AVVERTENZA

Non utilizzare l'apparecchio

- per gli animali,
- in presenza di alterazioni patologiche o lesioni nella zona del corpo da massaggiare (ad es. ernia del disco, ferite aperte),
- in nessun caso per massaggi nella zona del cuore in presenza di un pace-maker; inoltre, anche prima di trattare altre parti del corpo, consultare il proprio medico,
- mai su parti del corpo o della pelle gonfie, ustionate, infiammate o lese,
- in caso di lacerazioni, acne o altre affezioni della pelle,
- in gravidanza,
- sul viso (occhi), sulla laringe o su altre parti del corpo particolarmente delicate,
- per il massaggio plantare,
- durante il sonno,
- dopo aver assunto medicinali o alcol (percezione ridotta),
- in auto.

Rivolgersi al proprio medico prima di utilizzare l'apparecchio soprattutto:

- se si soffre di una malattia grave o se di recente si è stati sottoposti a un intervento chirurgico alla parte superiore del corpo,
- in presenza di pace-maker, impianti o altri ausili medici,
- in presenza di trombosi,
- in presenza di diabete,
- in caso di dolori di origine sconosciuta.



AVVERTENZA

Tenere lontani i bambini dal materiale d'imballaggio. Pericolo di soffocamento.

Scossa elettrica



AVVERTENZA

Come qualsiasi apparecchio elettrico, anche questo apparecchio deve essere manipolato con attenzione e cautela al fine di evitare il rischio di scosse elettriche.

Pertanto:

- utilizzare l'apparecchio solo con l'alimentatore fornito in dotazione e con la tensione di rete riportata sull'alimentatore,
- non azionare mai l'apparecchio se l'apparecchio stesso o gli accessori presentano danni visibili,
- non utilizzare l'apparecchio durante un temporale.

In caso di difetti o malfunzionamenti, spegnere immediatamente l'apparecchio e staccarlo dalla corrente. Non tirare il cavo elettrico o l'apparecchio per estrarre l'alimentatore dalla presa. Non tenere né trasportare l'apparecchio dal cavo di alimentazione. Tenere i cavi lontano dalle superfici calde. Non schiacciare, piegare o attorcigliare i cavi. Non infilare aghi o oggetti appuntiti.

Accertarsi che l'apparecchio, il telecomando, l'alimentatore e il cavo non entrino in contatto con acqua, vapore o altri liquidi. Utilizzare l'apparecchio solo in locali chiusi e asciutti (ad es. mai nella vasca da bagno, nella sauna).

Non recuperare mai un apparecchio che è caduto in acqua. Estrarre subito la spina.

Non utilizzare l'apparecchio se l'apparecchio stesso o gli accessori presentano danni visibili.

Non esporre l'apparecchio a urti e non farlo cadere.

Riparazione



AVVERTENZA

- Le riparazioni degli apparecchi elettrici devono essere effettuate esclusivamente da personale specializzato. Riparazioni non conformi possono rappresentare un grave pericolo per l'utente. Per le riparazioni rivolgersi al servizio assistenza o a un rivenditore autorizzato.
- La chiusura lampo del tappetino da yoga/stretching non deve essere aperta in quanto viene utilizzata solo per motivi tecnici e produttivi.

Pericolo di incendio



AVVERTENZA

In caso di uso non conforme o mancato rispetto delle presenti istruzioni per l'uso, sussiste il pericolo d'incendio!

Pertanto:

- non coprire mai l'apparecchio durante l'uso, ad es. con una coperta o un cuscino,
- non utilizzare mai l'apparecchio in prossimità di benzina o altre sostanze facilmente infiammabili.

Impiego



ATTENZIONE

Dopo ogni uso e prima delle operazioni di pulizia, spegnere l'apparecchio e staccare la spina.

- Proteggere l'apparecchio dalle temperature elevate.

4. Uso conforme

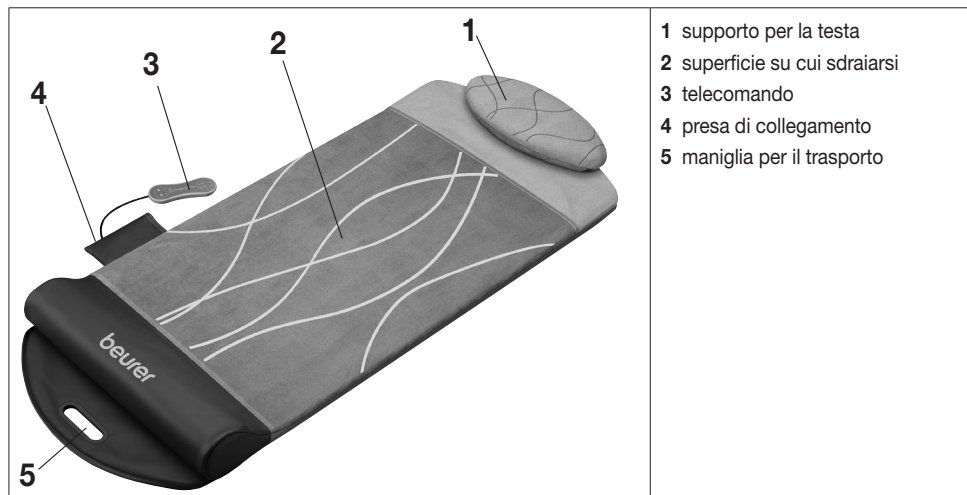
Questo apparecchio è concepito per lo stretching del corpo umano.

L'apparecchio **non** è concepito per l'uso su animali.

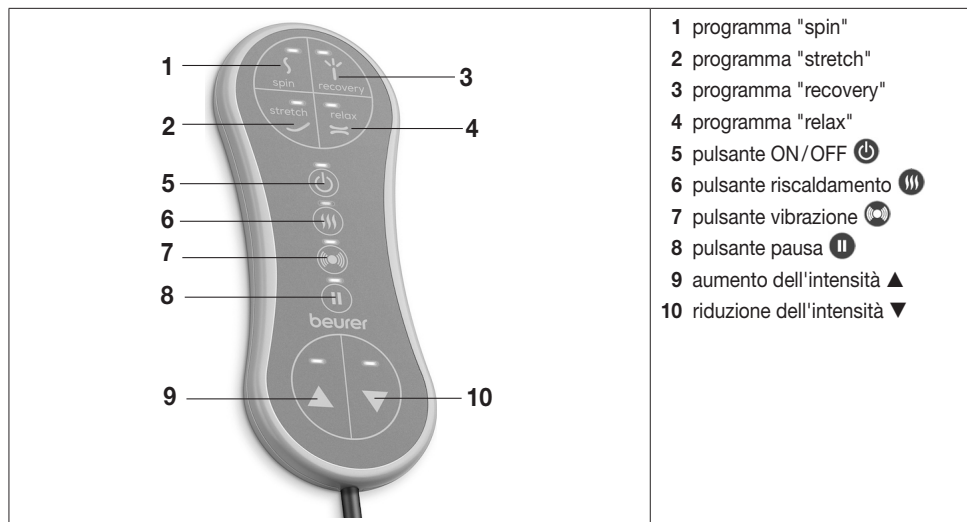
L'apparecchio è destinato esclusivamente all'**uso personale** e non all'uso medico o commerciale. L'apparecchio non può sostituire alcun trattamento medico. Non utilizzare l'apparecchio se si riscontra una o più delle situazioni indicate nelle avvertenze. In caso di dubbi sull'idoneità dell'apparecchio per il proprio corpo, rivolgersi al medico di fiducia. L'apparecchio è concepito solo per l'uso descritto nelle presenti istruzioni per l'uso. Il produttore non è da ritenersi responsabile in caso di danni riconducibili a un uso non conforme o sconsiderato.

5. Descrizione dell'apparecchio

Tappetino da yoga/stretching

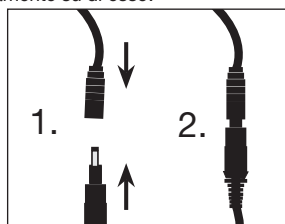


Telecomando



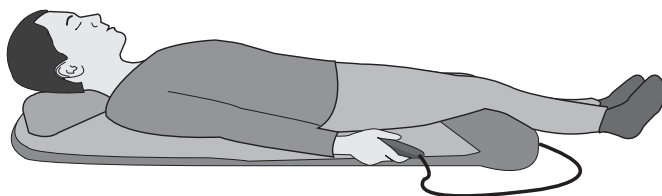
6. Messa in funzione

1. Rimuovere l'imballaggio.
2. Aprire la chiusura a strappo del tappetino da yoga/stretching.
3. Distendere con cura il tappetino da yoga/stretching su un pavimento in piano. Verificare che intorno al tappetino da yoga/stretching ci sia spazio a sufficienza per potersi sdraiare comodamente su di esso.
4. Controllare la presenza di danni sull'apparecchio, l'alimentatore e il cavo.
5. Collegare l'alimentatore fornito alla presa di collegamento del tappetino da yoga/stretching.
6. Inserire l'alimentatore in una presa di corrente adeguata. Disporre il cavo di alimentazione in modo tale che nessuno possa inciamparvi! Il tappetino da yoga/stretching è pronto per l'uso.







7. Utilizzo

1. Togliersi le scarpe. Togliere tutti i gioielli. Indossare vestiti comodi.
2. Stendersi sul tappetino da yoga/stretching in posizione supina. Fare attenzione ad appoggiare comodamente la testa sull'apposito supporto e ad avvicinare il più possibile i glutei alla parte rialzata di colore grigio sul fondo del tappetino. Se in questa posizione ci si sente scomodi, modificarla fino a raggiungere una posizione confortevole.






3. A questo punto, per accendere il tappetino da yoga/stretching premere il pulsante ON/OFF del telecomando.
4. Selezionare il programma desiderato sul telecomando. Il tappetino da yoga/stretching permette di scegliere tra quattro diversi programmi. Ciascun programma ha una durata di 15 minuti. Al termine dei 15 minuti, il tappetino da yoga/stretching si spegne automaticamente.

 spin	Questo programma è particolarmente adatto per i fianchi, la zona lombare e le spalle. Attraverso leggeri movimenti di rotazione è possibile allentare eventuali tensioni a livello lombare, dei fianchi o delle spalle.
 recovery	Questo programma aiuta a rilassarsi e a fare il pieno di nuove energie.
 stretch	Questo programma è stato concepito per allungare dolcemente la colonna vertebrale per tutta la sua lunghezza. In tal modo ci si sente più flessibili e in equilibrio, come dopo una seduta di yoga.
 relax	Questo programma porta l'intero corpo a un profondo relax, aiutando a staccare dalla vita quotidiana spesso stressante.

5. Selezionare l'intensità desiderata con i pulsanti ▲ e ▼. L'apparecchio è dotato di tre livelli di intensità in totale. Si consiglia di partire dal livello di intensità più basso. L'apparecchio si avvia automaticamente con il livello di intensità medio. Verificare attentamente che l'utilizzo risulti piacevole. L'utilizzo deve essere percepito in ogni momento come piacevole e rilassante. Se si avverte dolore o una sensazione di malessere, interrompere l'utilizzo o cambiare posizione.
6. Il tappetino da yoga/stretching offre la possibilità di attivare anche il riscaldamento o la vibrazione oltre ai programmi, per un utilizzo ancora più piacevole. Per attivare anche il riscaldamento, premere il pulsante riscaldamento sul telecomando. Per attivare anche la vibrazione, premere il pulsante vibrazione sul telecomando. Per disattivare nuovamente le funzioni di riscaldamento/vibrazione, premere nuovamente i rispettivi pulsanti.

Nota

È possibile interrompere l'utilizzo in qualsiasi momento premendo il pulsante pausa . Per riprendere l'utilizzo, premere nuovamente il pulsante pausa .

- Per interrompere il programma prima che siano trascorsi i 15 minuti previsti, premere il pulsante ON/OFF . A questo punto l'apparecchio è spento.
- Dopo ogni utilizzo, scollegare l'alimentatore dalla presa.

8. Consigli per un rilassamento ottimale

- Durante lo stretching cercare di lasciarsi andare e rilassarsi, per godersi il trattamento per quanto possibile senza sforzo.
- Respirare lentamente e profondamente dal naso cercando di trovare un ritmo regolare.
- Per i programmi che prevedono movimenti di rotazione, è possibile lasciarsi trasportare delicatamente dal movimento con la testa o il corpo.
- Inizialmente, abituare il corpo ai movimenti di allungamento con cautela. Una volta che si prende confidenza con il trattamento e ci si sente a proprio agio, è possibile ripetere i trattamenti tutte le volte che si desidera.

9. Pulizia e cura

Pulizia





AVVERTENZA

- Prima di effettuare ogni pulizia, scollegare l'alimentatore dalla presa e dall'apparecchio.
- Pulire l'apparecchio solo nel modo indicato. Non deve in nessun caso penetrare liquido nell'apparecchio o negli accessori.
- Per rimuovere piccole macchie, utilizzare un panno o una spugna umida, ed eventualmente un detergente liquido per capi delicati. Non utilizzare detersivi contenenti solventi.
- Utilizzare l'apparecchio solo quando è completamente asciutto.

Conservazione

Se l'apparecchio non viene usato per lunghi periodi, si consiglia di conservarlo nell'imballo originale in un ambiente asciutto e senza sovrapporsi carichi.

10. Che cosa fare in caso di problemi?

Problema	Causa	Soluzione
Le 7 camere d'aria dell'apparecchio non si gonfiano.	L'alimentatore non è collegato all'apparecchio	Collegare l'alimentatore all'apparecchio e accendere l'apparecchio con il pulsante ON/OFF 
	L'apparecchio si spegne automaticamente dopo i 15 minuti di utilizzo previsti dai programmi (spegnimento automatico)	Riacendere l'apparecchio con il pulsante ON/OFF 

11. Smaltimento

A tutela dell'ambiente, al termine del suo ciclo di vita, l'apparecchio non deve essere smaltito nei rifiuti domestici, ma conferito negli appositi centri di raccolta. Smaltire l'apparecchio secondo la direttiva europea sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE). In caso di dubbi, rivolgersi alle autorità comunali competenti per lo smaltimento.



12. Dati tecnici

Alimentazione da rete elettrica: Ingresso Uscita	100-240 V~, 50/60 Hz, 0,8 A 12,0 V === 3,0 A, 36,0 W
Efficienza media in funzionamento:	≥87,85 %

Efficienza a bassa carica (10 %):	≥83,45 %
Potenza assorbita in assenza di carico:	≤0,08 W
Dimensioni	127 x 55 x 10 cm
Peso	aprox. 5,5 kg

13. Garanzia/Assistenza

Beurer GmbH, Söflinger Strasse 218, D-89077 Ulm (di seguito denominata “Beurer”) offre una garanzia per questo prodotto, nel rispetto delle seguenti condizioni e nella misura descritta di seguito.

Le seguenti condizioni di garanzia lasciano invariati gli obblighi di garanzia di legge del venditore stabiliti nel contratto di acquisto con l’acquirente.

La garanzia si applica inoltre fatte salve le prescrizioni di legge obbligatorie in materia di responsabilità.

Beurer garantisce la perfetta funzionalità e la completezza di questo prodotto.

La garanzia mondiale è di 3 anni a partire dall’acquisto del prodotto nuovo, non usato, da parte dell’acquirente.

Questa garanzia copre solo i prodotti che l’acquirente ha acquistato come consumatore e che utilizza esclusivamente a scopo personale, in ambito domestico.

Vale il diritto tedesco.

Nel caso in cui il prodotto, durante il periodo di garanzia, si dimostrasse incompleto o presentasse difetti di funzionamento in linea con le seguenti disposizioni, Beurer provvederà a sostituire o riparare gratuitamente il prodotto in base alle presenti condizioni di garanzia.

Per segnalare un caso di garanzia, l’acquirente deve rivolgersi innanzitutto al proprio rivenditore locale: vedere l’elenco “Service International” in cui sono riportati gli indirizzi dei centri di assistenza.

L’acquirente riceverà quindi informazioni più dettagliate sulla gestione del caso di garanzia, ad esempio dove deve inviare il prodotto e quali documenti sono necessari.

L’attivazione della garanzia viene presa in considerazione solo se l’acquirente può presentare

- una copia della fattura/prova d’acquisto e
 - il prodotto originale
- a Beurer o a un partner Beurer autorizzato.

Sono espressamente esclusi dalla presente garanzia

- l’usura dovuta al normale utilizzo o al consumo del prodotto;
- gli accessori forniti assieme a questo prodotto che, in caso di utilizzo conforme, si consumano o si esauriscono (ad es. batterie, batterie ricaricabili, manicotti, guarnizioni, elettrodi, lampadine, accessori e accessori per inalatore);
- i prodotti che sono stati utilizzati, puliti, conservati o sottoposti a manutenzione in modo improprio e/o senza rispettare le disposizioni riportate nelle istruzioni per l’uso, nonché i prodotti che sono stati aperti, riparati o smontati e rimontati dall’acquirente o da un centro di assistenza non autorizzato da Beurer;
- i danni occorsi nel trasporto dal produttore al cliente o tra il centro di assistenza e il cliente;
- i prodotti acquistati come articoli di seconda scelta o usati;
- i danni conseguenti che dipendono da un difetto del prodotto (in questo caso possono tuttavia esistere diritti derivanti dalla responsabilità per i prodotti o da altre disposizioni di legge obbligatorie in materia di responsabilità).

Le riparazioni o la sostituzione completa non prolungano in alcun caso il periodo di garanzia.



Lütfen bu kullanım kılavuzunu dikkatle okuyun, ileride gerekebileceği için saklayın, diğer kullanıcıların erişebilmesini sağlayın ve içindeki yönergelere uyun.

⚠ UYARI

- Cihaz ticari kullanım için değil, yalnızca evde/kişisel amaçlarla kullanılmak üzere tasarlanmıştır.
- Bu cihaz, 8 yaş ve üzeri çocuklar ve fiziksel, algısal ve akli becerileri kısıtlı veya tecrübesi ve bilgisi yetersiz olan kişiler tarafından ancak gözetim altında veya cihazın emniyetli kullanımı hakkında bilgilendirilmiş olmaları ve cihazın kullanımı sonucu ortaya çıkabilecek tehlikelerin bilincinde olmaları koşuluyla kullanılabilir.
- Çocuklar cihazla oynamamalıdır.
- Temizlik ve kullanıcı bakımı, gözetim altında olmadıkları sürece çocuklar tarafından yapılmamalıdır.
- Bu cihazın elektrik bağlantı kablosu hasar gördüğünde kablo bertaraf edilmelidir. Elektrik bağlantı kablosu çıkarılamıyorsa, cihaz bertaraf edilmelidir.
- Cihazın yüzeyi sıcaktır. Sıcağa duyarlı olmayan kişiler cihazı kullanırken dikkatli olmalıdır.
- Cihazın içini kesinlikle açmayın veya onarmaya çalışmayın, aksi halde kusursuz çalışması garanti edilemez. Bu husus dikkate alınmadığı halde garanti geçerliliğini yitirir.

Sayın müşterimiz,

Ürünlerimizden birini seçtiğiniz için teşekkür ederiz. Isı, ağırlık, kan basıncı, vücut sıcaklığı, nabız, yumuşak terapi, masaj, güzellik, bebek ve hava konularında değerli ve titizlikle test edilmiş kaliteli ürünlerimiz, dünyanın her tarafında tercih edilmektedir.

Yeni cihazınızı iyi günlerde kullanmanızı dileriz.
Beurer Ekibiniz

Ürün özellikleri

Yoga ve stretching matınızda toplam 7 hava bölmesi bulunmaktadır. Bu yedi hava bölmesi, tüm vücudunuz için rahatlatıcı bir stretching deneyimi sağlar. Elektrikli yoga ve stretching matı ile vücudunuza etkili bir şekilde ve yardım olmadan stretching uygulayabilirsiniz. Stretching vücudu rahatlatır ve gerginlik ya da yorgunluk durumunda tercih edilir. Cihaz, vücudun tamamının güçlü ve yoğun bir şekilde esnemesini sağlar.

Yoga ve stretching matı size aşağıdaki avantajları sunar:

- 7 hava bölmesi ile rahatlatıcı stretching,
- Uzaktan kumanda ile kolay kullanım,
- 3 yoğunluk kademesi,
- 4 program,
- İstendiğinde kullanılabilen ısıtma fonksiyonu,
- İstendiğinde kullanılabilen titreşim,
- Pratik bir şekilde taşımak için katlanabilir ve kenetlenen bantlı.

İçindekiler

1. Teslimat kapsamı.....	43	8. En iyi şekilde rahatlamak için öneriler.....	48
2. İşaretlerin açıklaması	43	9. Temizlik ve bakım	48
3. Uyarılar ve güvenlik yönergeleri.....	44	10. Sorunların giderilmesi	48
4. Amacına uygun kullanım	46	11. Bertaraf etme.....	48
5. Cihaz açıklaması.....	46	12. Teknik veriler.....	48
6. İlk çalıştırma.....	47	13. Garanti/servis	49
7. Kullanım.....	47		

1. Teslimat kapsamı

Teslimat kapsamını kontrol ederek karton ambalajın dıştan hasar görmemiş ve içeriğin eksiksiz olduğundan emin olun. Cihazı kullanmadan önce, cihazda ve aksesuarlarında görünür hasarlar olmadığından ve tüm ambalaj malzemelerinin çıkarıldığından emin olun. Şüpheli durumlarda kullanmayın ve satıcınıza veya belirtilen müşteri hizmetleri adresine başvurun.





1 Yoga ve stretching matı












1 Elektrik adaptörü

1 Bu kullanım kılavuzu

2. İşaretlerin açıklaması

Aşağıdaki semboller kullanım kılavuzunda ya da cihazın üzerinde kullanılmıştır:

	UYARI	Yaralanma tehlikelerine veya sağlığınızla ilgili tehlikelere yönelik uyarı.
	DİKKAT	Cihazda/aksesuarlarda meydana gelebilecek hasarlara yönelik güvenlik uyarısı.
	Not	Önemli bilgilere yönelik not.
		Cihaz çift koruyucu izolasyonludur ve Koruma Sınıfı 2 kapsamındadır.

	Yalnızca kapalı alanlarda kullanılmalıdır.
	Ambalaj çevreye zarar vermeyecek şekilde bertaraf edilmelidir.
	Elektrikli ve elektronik atık cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edilmelidir
	Üretici
	Bu ürün geçerli Avrupa Birliği yönergelerinin ve ulusal yönergelerin gereklerini yerine getirmektedir.
	Ürünler, AEB'nin belirttiği teknik kuralların gerektirdiği şartlara kesin bir şekilde uymaktadır.
IP20	12,5 mm ve daha büyük çapta yabancı cisimlere karşı korumalıdır
	Polarite
	Enerji verimlilik sınıfı 6
	Doğru akım
	Kısa devre emniyetli transformatör
	Regülatörlü elektrik adaptörü

3. Uyarılar ve güvenlik yönergeleri

Bu kullanım kılavuzunu dikkatle okuyun! Aşağıdaki bilgilerin dikkate alınmaması, yaralanmaya veya maddi hasara neden olabilir. Kullanım kılavuzunu saklayın ve diğer kullanıcıların da erişebilmesini sağlayın. Cihazı devretmeniz durumunda bu kullanım kılavuzunu da verin.



UYARI

Cihazı

- hayvanlar üzerinde kullanmayın,
- masaj yapılacak olan vücut bölgesinde hastalıklara bağlı değişiklikler veya yaralanmalar (örneğin bel fitiği, açık yaralar) olduğunda kullanmayın,
- kalp piliniz varsa, asla kalp bölgesinde masaj için kullanmayın ve vücudunuzun diğer bölgeleri için doktorunuza danışın,
- asla şişmiş, iltihaplanmış, yanmış veya yaralı cilt ve vücut bölgelerinde kullanmayın,
- çatlak halinde yaralarınız, akne veya başka cilt hastalıklarınız varsa kullanmayın,
- hamilelik sırasında kullanmayın,
- yüzde (gözler), gırtlakta veya vücudun diğer hassas bölümlerinde kullanmayın,
- ayak masajı için kullanmayın,
- uyurken kullanmayın,
- ilaç veya alkol aldıktan sonra (kısıtlı algılama kabiliyeti!) kullanmayın,
- motorlu araçta kullanmayın.

Cihazı kullanmadan önce, özellikle aşağıdaki durumlarda doktorunuza danışın:

- Ağır bir hastalığınız varsa veya vücudunuzun üst kısmından bir ameliyat geçirdiyse,
- Kalp atışlarını düzenleyen cihazınız, implantlarınız veya başka yardımcı araçlarınız varsa,
- Tromboz varsa,
- Diyabet varsa,
- Nedeni belirlenmeyen ağrı varsa.



UYARI

Çocukları ambalaj malzemesinden uzak tutun. Boğulma tehlikesi vardır.

Elektrik çarpması



UYARI

Elektrik çarpması tehlikesinden kaçınmak için elektrikli her cihaz gibi bu cihaz da dikkatli bir şekilde kullanılmalıdır.

Bu nedenle cihazınızı

- yalnızca ürünle birlikte verilen elektrik adaptörüyle ve elektrik adaptörünün üzerinde belirtilen şebeke voltajında çalıştırın,
- cihazda veya aksesuarda görünür bir hasar varsa asla kullanmayın,
- fırtına sırasında kullanmayın.

Arıza veya fonksiyon bozukluğu durumunda cihazı hemen kapatın ve fişini prizden çekin. Elektrik adaptörünü prizden çekerken elektrik kablosundan veya cihazdan tutarak çekmeyin. Cihazı elektrik kablosundan tutmayın veya bu şekilde taşımayın. Kablo ve sıcak yüzeyler arasında mesafe bırakın. Kabloyu sıkıştırmayın, bükmeyin veya döndürmeyin. İğne veya sivri uçlu herhangi bir cisim sokmayın.

Cihazın, uzaktan kumandanın, elektrik adaptörünün ve kablonun su, buhar veya diğer sıvılara temas etmemesine dikkat edin. Sadece kuru iç mekanlarda kullanın (örn. asla banyo küvetinde, saunada değil).

Suya düşmüş bir cihaza kesinlikle dokunmayın. Hemen fişi prizden çekin.

Cihazda veya aksesuarda görünür bir hasar varsa, cihazı kullanmayın.

Cihazı hiçbir şekilde darbeye maruz bırakmayın ve yere düşürmeyin.

Onarım



UYARI

- Elektrikli cihazlardaki onarımlar sadece kalifiye uzman personel tarafından yapılmalıdır. Usulüne uygun olmayan onarımlar, kullanıcı için ciddi tehlikeler oluşturabilir. Onarım için müşteri servisine veya yetkili bir satıcıya başvurun.
- Yoga ve stretching matının fermuarı açılmamalıdır. Bu yalnızca üretimle ilgili nedenlerle kullanılır.

Yangın tehlikesi



UYARI

Amacına uygun olmayan kullanım veya bu kullanım kılavuzunun dikkate alınmaması gibi durumlar yangın tehlikesine yol açar!

Bu nedenle cihazınızı

- asla bir örtü (örn. battaniye veya yastık) altında kullanmayın,
- asla benzin veya benzeri kolay alev alabilen maddelerin yakınında kullanmayın.

Kullanırken dikkat edilmesi gereken noktalar



DİKKAT

Her kullanımdan sonra ve her temizlikten önce cihaz kapatılmalı ve fişi prizden çıkarılmalıdır.

- Cihazı yüksek sıcaklıklardan koruyun.

4. Amacına uygun kullanım

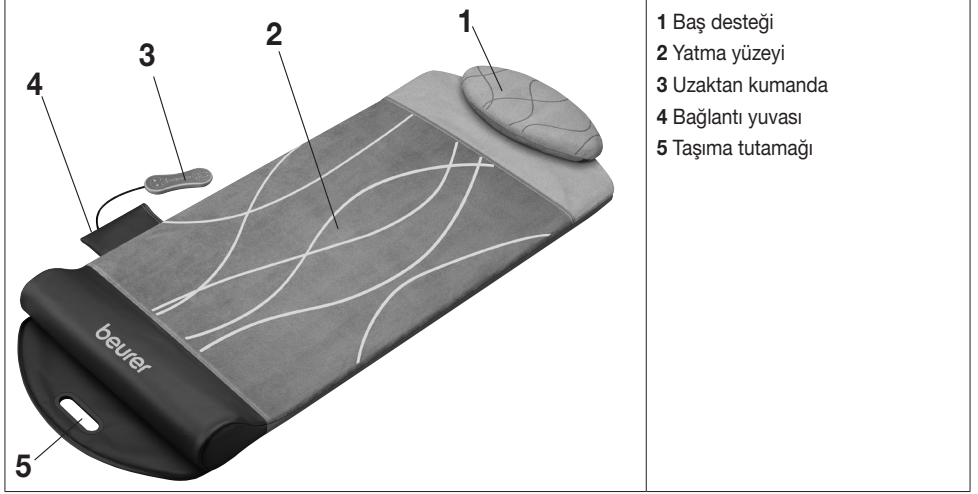
Bu cihaz, insan vücuduna stretching uygulamak için tasarlanmıştır.

Cihaz, hayvanlar için uygun **değildir**.

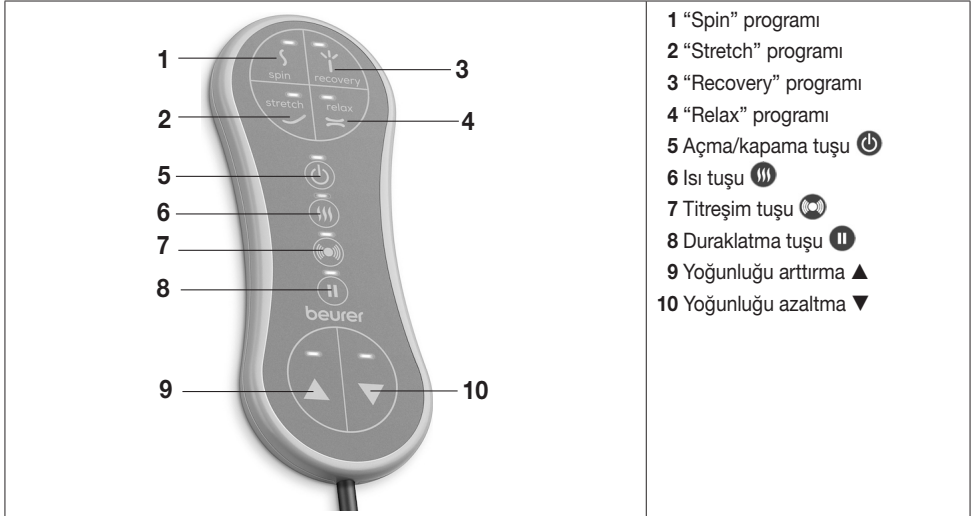
Cihaz sadece **kişisel kullanım** içindir, tıbbi veya ticari kullanıma uygun değildir. Cihaz, doktor tarafından yapılan bir tedavinin yerini tutamaz. Cihazı, aşağıdaki uyarılardan biri veya birkaçı sizin için geçerliyse kullanmayın. Cihazın sizin için uygun olup olmadığı konusunda emin değilseniz, doktorunuza danışın. Cihaz sadece kullanım kılavuzunda açıklanan şekilde kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Usulüne uygun olmayan ve dikkatsiz kullanım sonucu oluşan hasarlardan üretici firma sorumlu tutulamaz.

5. Cihaz açıklaması

Yoga ve stretching matı

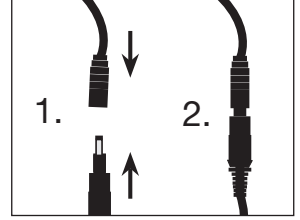


Uzaktan kumanda



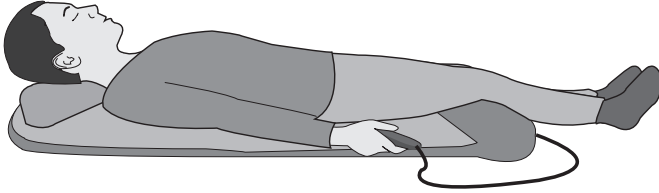
6. İlk çalıştırma


1. Cihaz ambalajından çıkarın.
2. Yoga ve stretching matının kenetlenen bandını açın.
3. Yoga ve stretching matını düz bir şekilde yayarak düz bir zemine koyun. Rahatça üzerine yatabilmek için yoga ve stretching matının etrafında yeterince yer olmasına dikkat edin.
4. Cihazda, elektrik adaptöründe ve kabloda hasar olup olmadığını kontrol edin.
5. Teslimat kapsamında bulunan elektrik adaptörünü yoga ve stretching matının bağlantı yuvasına takın.
6. Elektrik adaptörünü uygun bir prize takın. Elektrik kablosunu ayağınız takılmayacak şekilde yerleştirin! Yoga ve stretching matı şimdi kullanılmaya hazırdır.









7. Kullanım

1. Ayakkabılarınızı çıkarın. Tüm takılarınızı çıkarın. Rahat giysiler giyin.
2. Yoga ve stretching matına sırt üstü yatın. Başınızın baş desteğine rahatça yerleşmesine ve kalçalarınızın matın gri ve yüksek olan alt kısmına mümkün olduğunca yakın olmasına dikkat edin. Güncel yatma pozisyonunuz rahat değilse, rahatça yatıncaya dek pozisyonunuzu değiştirin.






3. Şimdi uzaktan kumandada açma/kapama tuşuna  basarak yoga ve stretching matını çalıştırın.
4. Uzaktan kumandada istediğiniz programı seçin. Yoga ve stretching matında dört farklı program vardır. Dört programın her biri 15 dakika sürer. 15 dakika sonra erdikten sonra yoga ve stretching matı otomatik olarak kapanır.

 spin	Bu program özellikle kalça, uyluklar ve omuzlar için uygundur. Hafif dönme hareketleri ile kalça, uyluk ve omuz bölgesinde olabilecek gerginlikler giderilebilir.
 recovery	Bu program, rahatlamaya ve zindeliğinize tekrar kavuşmaya yardımcı olur.
 stretch	Bu program, omurganızı boylu boyunca nazik bir şekilde esnetecek şekilde tasarlanmıştır. Böylece, bir yoga seansından sonra olduğu gibi daha esnek ve daha dengeli hissedeceksiniz.
 relax	Bu program, vücudunuzun tamamını rahatlatır ve çoğu zaman stresli olan günlük hayatınızdan uzaklaşmaya yardımcı olur.

5. ▲ ve ▼ tuşlarıyla istediğiniz yoğunluğu seçin. Cihazda toplam üç yoğunluk kademesi vardır. Önce en düşük yoğunluk kademesi ile başlamanızı öneririz. Cihaz otomatik olarak orta yoğunluk kademesinde çalışmaya başlar. Uygulamanın sizin için rahat olup olmadığını dikkatlice kontrol edin. Uygulama her zaman iyi bir his vermeli ve rahatlatmalıdır. Uygulama sırasında canınız acır veya rahatsızlık hissederseniz, uygulamayı durdurun veya yatma pozisyonunuzu değiştirin.
6. Yoga ve stretching matı, programların yanı sıra daha iyi bir uygulama deneyimi sağlamak için ısı ve titreşim fonksiyonlarını devreye alma olanağı sunar. Isı fonksiyonunu devreye almak için uzaktan kumandada ısı tuşuna  basın. Titreşim fonksiyonunu devreye almak için uzaktan kumandada titreşim tuşuna  basın. Isı/titreşim fonksiyonunu tekrar kapatmak için ilgili tuşa yeniden basın.

Not

Uygulamayı istediğiniz zaman duraklatma tuşu  ile duraklatabilirsiniz. Uygulamayı devam ettirmek için tekrar duraklatma tuşuna  basın.

7. Ayarlanan programa 15 dakikalık program süresinden önce son vermek istiyorsanız, açma/kapama tuşuna  basın. Cihaz şimdi kapalıdır.
8. Elektrik adaptörünü her kullanımdan sonra prizden çekin.

8. En iyi şekilde rahatlamak için öneriler

- Mümkün olduğunca kendinizi kasmadan uygulamanın keyfini çıkarabilmek için stretching sırasında kendinizi bırakmaya ve gevşemeye çalışın.
- Burnunuzdan yavaşça ve derin nefes alın ve dengeli bir nefes alıp verme ritmi bulmaya çalışın.
- Dönme hareketleri yapmanızı isteyen programlarda, başınızı veya vücudunuzu nazik bir şekilde harekete dahil edebilirsiniz.
- İlk başta vücudunuzun esneme hareketlerine yavaşça alışmasına izin verin. Uygulamaya alıştığınızda ve kendinizi rahat hissettiğinizde, uygulamaları istediğiniz sıklıkta tekrarlayabilirsiniz.

9. Temizlik ve bakım

Temizlik





UYARI

- Her temizlikten önce elektrik adaptörünü prizden çekin ve cihazdan ayırın.
- Cihazı yalnızca belirtilen şekilde temizleyin. Cihaza veya aksesuarlara kesinlikle su girmemelidir.
- Küçük lekeler bir bezle veya nemli bir süngerle ve biraz sıvı deterjanla temizlenebilir. Çözücü maddeler içeren temizlik malzemeleri kullanmayın.
- Cihazı, tamamen kurumadan kullanmayın.

Saklama

Cihazı uzun süre kullanmayacaksanız, orijinal ambalajı içinde, kuru bir ortamda ve üzerinde ağırlık olmadan saklamanızı öneririz.

10. Sorunların giderilmesi

Sorun	Neden	Çözüm
Cihazın 7 hava bölmesi şişmiyor.	Elektrik adaptörü cihaza takılı değil	Elektrik adaptörünü cihaza takın ve cihazı açma/kapama tuşuyla  çalıştırın
	Cihaz, 15 dakikalık program uygulama süresinin ardından otomatik olarak kapanır (otomatik kapanma)	Cihazı açma/kapama tuşuyla  yeniden çalıştırın

11. Bertaraf etme

Çevreyi korumak için, kullanım ömrü dolan cihaz evsel atıklarla beraber bertaraf edilmemelidir. Cihaz, ülkenizdeki uygun atık toplama merkezleri aracılığıyla bertaraf edilebilir. Cihazı elektrikli ve elektronik atık cihazlarla ilgili AB direktifine (WEEE - Waste Electrical and Electronic Equipment) uygun şekilde bertaraf edin. Bertaraf etme ile ilgili sorularınız olduğunda bölgenizdeki yetkili kuruma başvurun.



12. Teknik veriler

Elektrikle çalışma: Giriş Çıkış	100–240 V~, 50/60 Hz, 0,8 A 12,0 V — 3,0 A, 36,0 W
Çalışır durumdaki ortalama verim:	≥ 87,85 %
Düşük yükte verimlilik (%10):	≥ 83,45 %

Sıfır yükte güç tüketimi:	≤ 0,08 W
Ölçüler	127 x 55 x 10 cm
Ağırlık	ca. 5,5 kg

13. Garanti/servis

Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (aşağıda "Beurer" olarak anılacaktır) bu ürün için aşağıdaki koşullar çerçevesinde ve aşağıda açıklanan kapsamda bir garanti sunmaktadır.

Aşağıdaki garanti koşulları, satıcının müşteri ile yaptığı satış sözleşmesinden doğan yasal garanti yükümlülüklerini etkilemez.

Garanti, yasalarla zorunlu kılınan sorumlulukların kapsamında herhangi bir kısıtlamaya neden olmaksızın geçerlidir.

Beurer, bu ürünün kusursuz bir şekilde çalıştığını ve eksiksiz olduğunu garanti eder.

Yeni ve kullanılmamış bir ürünün müşteri tarafından satın alınmasıyla başlayan ve dünya genelinde geçerli olan garanti süresi 3 yıldır.

Bu garanti sadece tüketici olarak müşteri tarafından satın alınan ve bireysel amaçlarla sadece evde kullanılan ürünler için geçerlidir.

Alman yasaları geçerlidir.

Bu ürünün garanti süresi içinde aşağıda belirtilen hükümler uyarınca eksiksiz olmadığı veya çalışma açısından kusurlu olduğu saptanırsa, Beurer bu garanti koşulları kapsamında ücretsiz bir ikame ürün teslimatı veya onarım gerçekleştirmekle yükümlüdür.

Müşteri bir garanti talebinde bulunmak istediğinde önce yerel satıcıya başvuracaktır: Servis adreslerinin olduğu ekteki "Uluslararası Servis" listesini inceleyin.

Bu durumda müşteriye, garanti işlemlerinin yürütülmesiyle ilgili olarak örneğin ürünün nereye gönderileceği ve hangi belgelerin gerekli olduğu gibi ayrıntılı bilgiler verilecektir.

Garanti talebi ancak müşterinin

- faturanın/satın alma belgesinin bir kopyasını ve
- orijinal ürünü

yetkili bir Beurer iş ortağına sunabilmesi halinde işleme konabilir.

Aşağıdaki durumlar kesinlikle bu garanti kapsamının dışındadır:

- Ürünün normal kullanımından veya tüketiminden kaynaklanan aşınmalar ve yıpranmalar;
- Bu ürün ile birlikte teslim edilen ve usulüne uygun kullanıldığında da yıpranabilecek veya tükenebilecek aksesuar parçaları (örneğin piller, şarj edilebilir piller, manşetler, contalar, elektrotlar, aydınlatma malzemeleri, başlıklar ve nebulizatör aksesuarları);
- Kullanım kılavuzundaki bilgiler dikkate alınmadan ve/veya usulüne uygun olmayan bir şekilde kullanılan, temizlenen, depolanan veya bakımı yapılan ürünler ve Beurer tarafından yetkilendirilmemiş bir servis merkezi veya müşterinin kendisi tarafından açılan, onarılan veya üzerinde değişiklik yapılan ürünler;
- Ürünün üreticiden müşteriye nakliyesi sırasında oluşan hasarlar;
- İkinci kalite ürün veya kullanılmış ürün olarak satın alınan ürünler;
- Bu ürünlerdeki bir kusurdan kaynaklanan müteakip hasarlar (ancak bu durumda ürün sorumluluğu veya yasal zorunlu sorumluluk hükümleri uyarınca tüketici hakları olabilir).

Onarım veya komple değişim garanti süresini hiçbir şekilde uzatmaz.



Внимательно прочтите инструкцию по применению, сохраните ее для последующего использования, храните в доступном для других пользователей месте и следуйте ее указаниям.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Прибор предназначен для домашнего/частного использования. Использование прибора в коммерческих целях запрещено.
- Данный прибор может использоваться детьми старше 8 лет, а также лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостаточными знаниями и опытом в том случае, если они находятся под присмотром или проинструктированы о безопасном применении прибора и возможных опасностях.
- Не позволяйте детям играть с прибором.
- Дети не должны выполнять очистку прибора и уход за ним без присмотра взрослых.
- Если провод сетевого питания прибора поврежден, его необходимо утилизировать. Если он несъемный, необходимо утилизировать весь прибор.
- Во время работы поверхность прибора нагревается. Лица, нечувствительные к теплу, должны соблюдать осторожность при использовании прибора.
- Ни в коем случае не открывайте прибор и не ремонтируйте его самостоятельно, поскольку безупречная работа в этом случае не гарантируется. Несоблюдение этих требований ведет к потере гарантии.

Уважаемый покупатель!

Благодарим Вас за выбор продукции нашей компании. Мы производим современные, тщательно протестированные высококачественные изделия для обогрева тела, измерения массы, кровяного давления, температуры тела, пульса, для легкой терапии, массажа, косметических процедур, ухода за детьми и очистки воздуха.

С наилучшими пожеланиями,
Ваша команда Beurer

Информация для ознакомления

В мате для йоги и растяжки расположены 7 воздушных камер. Эти камеры помогут сделать занятия растяжкой приятными и полезными. С помощью электрического мата для йоги и растяжки Вы сможете выполнять эффективную полезную растяжку без посторонней помощи. Растяжка способствует расслаблению и используется при мышечных зажимах или усталости. Прибор позволяет делать основательную, интенсивную растяжку всего тела.

Мат для йоги и растяжки обладает следующими преимуществами:

- благоприятная растяжка за счет 7 воздушных камер;
- простое дистанционное управление;
- 3 уровня интенсивности;
- 4 программы;
- подключаемая функция обогрева;
- подключаемая вибрация;
- удобная транспортировка за счет складывания и застежки-липучки.

Содержание

1. Комплект поставки.....	51	8. Советы для оптимального	
2. Пояснения к символам.....	51	расслабления	56
3. Предупреждения и указания по технике		9. Очистка и уход	56
безопасности	52	10. Что делать при возникновении	
4. Использование по назначению	54	проблем?	57
5. Описание прибора.....	54	11. Утилизация	57
6. Подготовка к работе.....	55	12. Технические данные	57
7. Применение.....	55	13. Гарантия/сервисное обслуживание	57






1. Комплект поставки






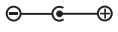




Проверьте комплектность поставки и убедитесь, что на картонной упаковке нет внешних повреждений. Перед использованием убедитесь, что прибор и его принадлежности не имеют видимых повреждений, и удалите все упаковочные материалы. При возникновении сомнений не используйте прибор и обратитесь к продавцу или в сервисную службу по указанному адресу.

- 1 Мат для йоги и растяжки
- 1 Блок питания
- 1 Инструкция по применению

2. Пояснения к символам

В инструкции по применению и на приборе используются следующие символы.

	ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ	Предупреждает об опасности травмирования или нанесения вреда здоровью.
	ВНИМАНИЕ	Указывает на возможные повреждения прибора/принадлежностей к нему.
	Указание	Важная информация.
		Прибор имеет двойную защитную изоляцию и соответствует классу защиты 2.
		Применяйте только в закрытых помещениях.

	Утилизация упаковки в соответствии с предписаниями по охране окружающей среды.
	Утилизация прибора в соответствии с директивой ЕС по отходам электрического и электронного оборудования — WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).
	Изготовитель
	Это изделие соответствует требованиям действующих европейских и национальных директив.
	Продукция прошла подтверждение соответствия требованиям технических регламентов ЕАЭС.
IP20	Защита от проникновения твердых тел диаметром 12,5 мм и более
	Полярность
	Класс энергоэффективности 6
	Постоянный ток
	Устойчивый к короткому замыканию защитный трансформатор
	Импульсный блок питания

3. Предупреждения и указания по технике безопасности

Внимательно прочтите данную инструкцию по применению! Несоблюдение следующих указаний может привести к травмам или материальному ущербу. Сохраните эту инструкцию по применению и держите ее в месте, доступном для других пользователей. Передавайте прибор другим пользователям вместе с инструкцией по применению.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Не используйте прибор:

- для массажа животных;
- для массажа участков тела с болезненными изменениями или повреждениями (например, грыжа межпозвоночного диска, открытая рана);
- для массажа в области сердца, при наличии электрокардиостимулятора; перед использованием на других частях тела также проконсультируйтесь с врачом;
- на опухших, обожженных, воспаленных или травмированных участках кожи и частях тела;
- на участках кожи со рваными ранами, акне или другими кожными заболеваниями;
- во время беременности;
- для массажа лица (глаз), гортани или других особо чувствительных частей тела;
- для массажа ног;
- во время сна;
- после приема медикаментов или алкоголя (чувствительность снижена!);
- при нахождении в транспортном средстве.

Перед использованием прибора проконсультируйтесь с врачом, в особенности в следующих случаях:

- при тяжелых заболеваниях или перенесенной операции на верхней части тела;
- при наличии электрокардиостимулятора, имплантатов или других вспомогательных медицинских устройств;
- при тромбозах;
- при диабете;
- при болях неизвестного происхождения.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Не давайте упаковочный материал детям. Существует опасность удушья.

Удар электрическим током



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Во избежание поражения электрическим током используйте данный прибор осторожно и аккуратно, как и любой другой электрический прибор.

Поэтому:

- используйте прибор только с входящим в комплект поставки блоком питания и с соблюдением указанного на блоке питания сетевого напряжения;
- никогда не используйте прибор, если на нем или на его принадлежностях имеются видимые повреждения;
- не используйте прибор во время грозы.

В случае появления дефектов и неполадок в работе немедленно отключите прибор и отсоедините его от сети. Никогда не тяните за сетевой кабель или за прибор, чтобы извлечь блок питания из розетки. Никогда не перемещайте прибор, держа его за сетевой кабель. Кабели должны быть удалены от горячих поверхностей. Не зажимайте, не перегибайте и не перекручивайте кабель. Не вставляйте в него иголки или другие острые предметы.

Убедитесь, что прибор, пульт дистанционного управления, блок питания и кабель не контактируют с водой, другими жидкостями или паром. Используйте устройство только в сухих помещениях (например, никогда не используйте его в ванной или сауне).

Ни в коем случае не пытайтесь взять прибор в руки, если он упал в воду. Немедленно вытяните вилку из розетки.

Не используйте прибор или его принадлежности при наличии видимых повреждений.

Берегите прибор от ударов и падений.

Ремонт прибора



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Ремонт электрических приборов должен производиться только специалистами. Неквалифицированное выполнение ремонта влечет за собой серьезную опасность для пользователя. Обратитесь в сервисную службу или к официальному дистрибьютору.
- Запрещается открывать застежку-молнию на мате для йоги и растяжки. Она используется только для технических целей.

Опасность пожара



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Использование прибора не по назначению или несоблюдение правил, указанных в данной инструкции по применению, при определенных обстоятельствах может привести к пожару!

Поэтому:

- не накрывайте работающий прибор одеялом, подушкой и т. п.,
- никогда не используйте прибор вблизи от емкостей с бензином или другими легковоспламеняющимися веществами.

Обслуживание прибора



ВНИМАНИЕ

После каждого применения и перед очисткой прибор необходимо выключать и отсоединять от сети.

- Защищайте прибор от воздействия высоких температур.

4. Использование по назначению

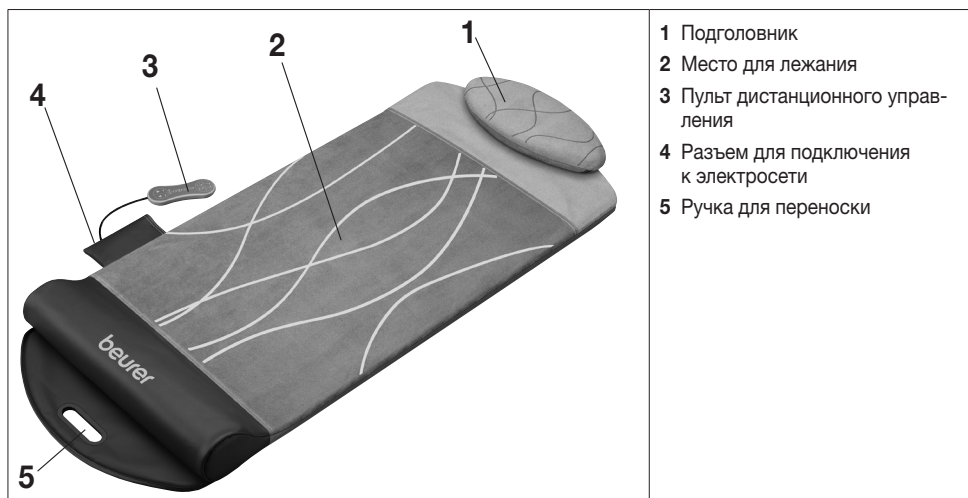
Этот прибор предназначен для растяжки тела человека.

Прибор **не** предназначен для животных.

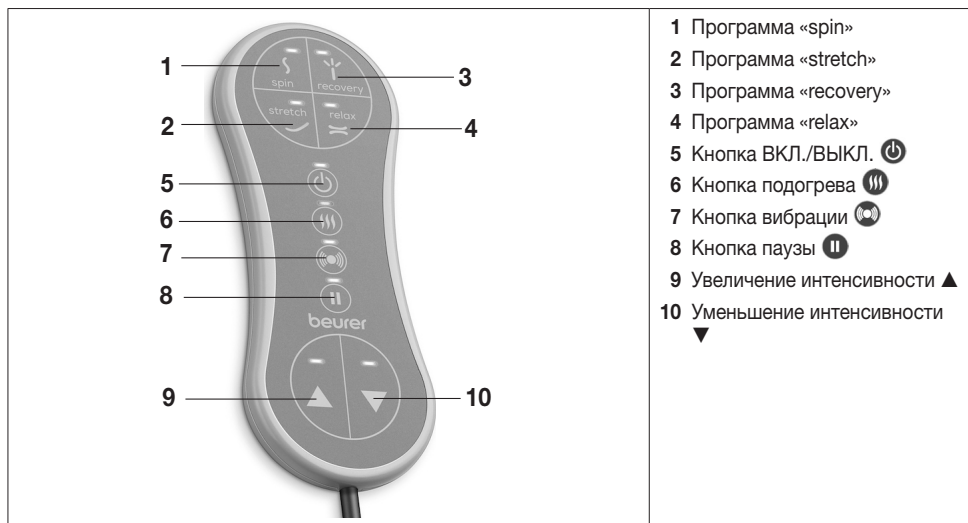
Прибор предназначен исключительно для **частного пользования**, запрещается его использование в медицинских и коммерческих целях. Прибор не может заменить медицинское лечение. Не пользуйтесь прибором в случаях, соответствующих одному или нескольким из следующих предупреждающих указаний. Если Вы не уверены в правильности выбора прибора, проконсультируйтесь с врачом. Допускается использование прибора только в целях, описываемых в данной инструкции по применению. Изготовитель не несет ответственности за ущерб, причиненный в результате ненадлежащего использования прибора или халатного обращения с ним.

5. Описание прибора

Мат для йоги и растяжки

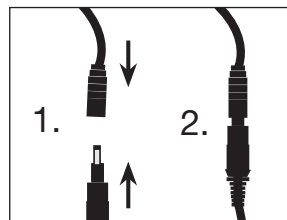


Пульт дистанционного управления



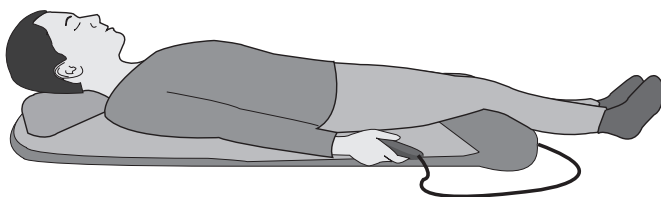
6. Подготовка к работе

1. Распакуйте прибор.
2. Откройте застежку-липучку на мате для йоги и растяжки.
3. Положите мат на ровную поверхность и ложитесь на него, вытянувшись. Убедитесь, что вокруг мата достаточно места, чтобы принять удобное положение.
4. Убедитесь в том, что прибор, штекер и кабель не повреждены.
5. Подключите поставляемый вместе с матом блок питания к разъему для подключения к электросети на мате.
6. Вставьте блок питания в подходящую розетку. Располагайте сетевой кабель так, чтобы об него нельзя было споткнуться! Мат для йоги и растяжки готов к использованию.









7. Применение

1. Снимите обувь. Снимите все украшения. Наденьте удобную одежду.
2. Ложитесь на спину на мат для йоги и растяжки. Убедитесь, что Ваша голова удобно располагается на подголовнике, а ягодичы максимально близко прилегают к нижнему серому валику. Если в этом положении Вам неудобно, измените его.






3. Для включения мата для йоги и растяжки нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ. на пульте дистанционного управления.
4. Выберите желаемую программу на пульте управления. На выбор предлагается четыре различные программы. Длительность каждой программы 15 минут. По истечении 15 минут мат автоматически выключается.

 spin	<p>Эта программа отлично подходит для бедер, поясницы и плеч. Легкие вращательные движения мягко расслабляют возможные мышечные зажимы в области бедер, поясницы и плеч.</p>
 recovery	<p>Эта программа поможет Вам расслабиться и получить новый заряд энергии.</p>
stretch 	<p>Эта программа мягко растягивает Ваш позвоночник по всей длине. Благодаря этому Вы будете чувствовать себя более гибким и уравновешенным, как после занятий йогой.</p>
relax 	<p>Эта программа придает Вашему телу максимально расслабленное положение и помогает избавиться от повседневного стресса.</p>

- С помощью кнопок ▲ и ▼ выберите необходимую интенсивность. Прибор имеет три уровня интенсивности. Мы рекомендуем начинать с самого низкого уровня интенсивности. Прибор автоматически запускается на среднем уровне интенсивности. Проверьте, является ли такое воздействие комфортным для Вас. Воздействие всегда должно быть расслабляющим и приятным. Если воздействие вызывает неприятные ощущения или боль, прервите использование или измените положение тела.
- Дополнительно к программам на мате можно включить подогрев и вибрацию, чтобы сделать использование еще приятнее. Для включения подогрева, нажмите кнопку подогрева  на пульте управления. Для включения вибрации нажмите кнопку вибрации  на пульте управления. Чтобы снова выключить подогрев/вибрацию, нажмите соответствующую кнопку еще раз.

Указание

Вы всегда можете приостановить использование, нажав на кнопку паузы . Для продолжения использования нажмите кнопку паузы  еще раз.

- Если Вы хотите закончить 15-минутную программу раньше, нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ. . Прибор выключен.
- После каждого использования отключайте блок питания от розетки.

8. Советы для оптимального расслабления

- Чтобы в полной мере ощутить эффект от воздействия без напряжения, во время растяжки постарайтесь расслабиться.
- Дышите носом медленно и глубоко, старайтесь дышать ровно и ритмично.
- При использовании программ с вращательными движениями Вы можете осторожно повторять движение головой или телом.
- Осторожно приучайте тело к движениям для растяжки. Если Вы знакомы с воздействием и хорошо чувствуете себя после него, Вы можете повторять программы так часто, как захотите.

9. Очистка и уход

Очистка





ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Перед каждой очисткой извлекайте блок питания из розетки и отсоединяйте его от прибора.
- Очищайте прибор только указанным способом. Не допускайте попадания жидкости внутрь прибора и его принадлежностей.
- Небольшие пятна можно удалить салфеткой или влажной губкой, при необходимости с небольшим количеством нейтрального жидкого моющего средства. Не используйте чистящие средства, содержащие растворители.
- Используйте прибор снова только после полного высыхания.

Хранение

Если прибор не используется длительное время, мы рекомендуем хранить его в сухом месте в оригинальной упаковке. При этом не следует класть на прибор какие-либо предметы.

10. Что делать при возникновении проблем?

Проблема	Причина	Меры по устранению
Семь воздушных камер прибора не надуваются.	Блок питания не подключен к прибору	Подключите блок питания к прибору и включите прибор кнопкой ВКЛ./ВЫКЛ. 
	Прибор автоматически выключается после 15-минутной программы (автоматическая система отключения)	Снова включите прибор кнопкой ВКЛ./ВЫКЛ. 

11. Утилизация

В интересах охраны окружающей среды по завершении срока службы прибора запрещается утилизировать его вместе с бытовыми отходами. Утилизация производится через соответствующие пункты сбора в Вашей стране. Утилизируйте прибор в соответствии с директивой ЕС по отходам электрического и электронного оборудования — WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). При возникновении вопросов обращайтесь в местную коммунальную службу, ответственную за утилизацию отходов.



12. Технические данные

Работа от сети: вход выход	100–240 В~, 50/60 Гц, 0,8 А 12,0 В === 3,0 А, 36,0 W
Средняя эффективность на предприятии:	≥ 87,85 %
Эффективность при низкой нагрузке (10 %):	≥ 83,45 %
Потребляемая мощность при нулевой нагрузке:	≤ 0,08 W
Размеры	127 x 55 x 10 см
Масса	около 5,5 g

13. Гарантия/сервисное обслуживание

Более подробная информация по гарантии/сервису находится в гарантийном/сервисном талоне, который входит в комплект поставки.



Należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi, zachować ją i przechowywać w miejscu dostępnym dla innych użytkowników oraz przestrzegać podanych w niej wskazówek.

⚠ OSTRZEŻENIE

- Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego/prywatnego, a nie do celów komercyjnych.
- Urządzenie może być obsługiwane przez dzieci od 8 roku życia oraz osoby z ograniczoną sprawnością fizyczną, ruchową i umysłową lub brakiem doświadczenia i wiedzy tylko wtedy, gdy znajdują się one pod nadzorem lub otrzymały instrukcje dotyczące bezpiecznego korzystania z urządzenia i są świadome zagrożeń wynikających z jego użytkowania.
- Dzieciom nie wolno bawić się urządzeniem.
- Czyszczenie i konserwacja urządzenia nie mogą być przeprowadzane przez dzieci, chyba że znajdują się one pod opieką osoby dorosłej.
- Jeśli kabel zasilający urządzenia ulegnie uszkodzeniu, należy go zutylizować. Jeżeli nie można wyjąć kabla, należy zutylizować urządzenie.
- Powierzchnia urządzenia jest gorąca. Osoby mające problemy z odczuwaniem wysokich temperatur powinny zachować ostrożność, korzystając z urządzenia.
- W żadnym wypadku nie wolno samodzielnie otwierać ani naprawiać urządzenia, gdyż może to zakłócić jego prawidłowe działanie. W przeciwnym razie następuje utrata gwarancji.

Drodzy Klienci!

Cieszymy się, że zdecydowali się Państwo na zakup naszego produktu. Firma Beurer oferuje dokładnie przetestowane wysokojakościowe produkty przeznaczone do pomiaru wagi, ciśnienia krwi, temperatury ciała i tętna, łagodnej terapii, masażu, ogrzewania i nawilżania powietrza, a także urządzenia służące do pielęgnacji urody i ułatwiającej opiekę nad dziećmi.

Z poważaniem
Zespół Beurer

Informacje ogólne

Mata do jogi i rozciągania ma łącznie 7 komór powietrznych. Te siedem komór powietrznych zapewnia korzystne rozciąganie całego ciała. Dzięki elektrycznej macie do jogi i rozciągania można bez pomocy skorzystać z dobroczynnego działania rozciągania. Rozciąganie może pomóc w odprężeniu i jest często stosowane w przypadku napięć i zmęczenia. Urządzenie umożliwia mocne, intensywne rozciąganie całego ciała.

Mata do jogi i rozciągania zapewnia następujące korzyści:

- przyjemne rozciąganie dzięki 7 komórkom powietrznym;
- łatwa obsługa za pomocą pilota;
- 3 poziomy intensywności;
- 4 programy;
- dodatkowo włączana funkcja ogrzewania;
- dodatkowo włączana funkcja wibracji;
- możliwość składania, z zapięciem na rzep umożliwiającym wygodny transport.

Spis treści

1. Zawartość opakowania	59	7. Zastosowanie	63
2. Objaśnienie symboli	59	8. Wskazówki dot. optymalnego relaksu.....	64
3. Ostrzeżenia i wskazówki dotyczące bezpieczeństwa.....	60	9. Czyszczenie i konserwacja.....	64
4. Użytkowanie zgodne z przeznaczeniem.....	62	10. Postępowanie w przypadku problemów ...	64
5. Opis urządzenia.....	62	11. Utylizacja	65
6. Uruchomienie	63	12. Dane techniczne	65
		13. Gwarancja/serwis	65

1. Zawartość opakowania

Zestaw należy sprawdzić pod kątem zewnętrznych uszkodzeń kartonowego opakowania oraz kompletności zawartości. Przed użyciem należy upewnić się, że na urządzeniu ani na akcesoriach nie widać żadnych uszkodzeń, a wszystkie części opakowania zostały usunięte. W razie wątpliwości zaprzestać używania urządzenia i zwrócić się do dystrybutora lub napisać na podany adres działu obsługi klienta.






1 Mata do jogi i rozciągania






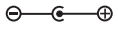




1 Zasilacz

1 Niniejsza instrukcja obsługi

2. Objaśnienie symboli

W niniejszej instrukcji obsługi oraz na urządzeniu użyto poniższych symboli:

	OSTRZEŻENIE	Ostrzeżenie przed niebezpieczeństwem utraty zdrowia lub odniesienia obrażeń ciała.
	UWAGA	Ostrzeżenie przed niebezpieczeństwem uszkodzenia urządzenia lub akcesoriów.
	Wskazówka	Ważne informacje.
		Urządzenie ma podwójną izolację ochronną i odpowiada klasie ochronności 2.
		Używać tylko w zamkniętych pomieszczeniach.

	Opakowanie zutylizować w sposób przyjazny dla środowiska.
	Utylizacja zgodnie z dyrektywą WE o zużytych urządzeniach elektrycznych i elektronicznych – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).
	Producent.
	Niniejszy produkt spełnia wymagania obowiązujących dyrektyw europejskich i krajowych.
	Produkty spełniają wymogi przepisów technicznych obowiązujących w Euroazjatyckiej Unii Gospodarczej.
IP20	Ochrona przed ciałami obcymi o średnicy 12,5 mm i większymi.
	Bieguny.
	Klasa efektywności energetycznej 6
	Prąd stały
	Transformator bezpieczeństwa z zabezpieczeniem przeciwzwarciovym.
	Zasilacz.

3. Ostrzeżenia i wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

Należy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi! Nieprzestrzeganie poniższych wskazówek może doprowadzić do obrażeń ciała i szkód materialnych. Należy zachować niniejszą instrukcję obsługi i zapewnić do niej dostęp innym użytkownikom. W razie przekazania urządzenia innym osobom należy dołączyć do niego instrukcję obsługi.



OSTRZEŻENIE

Urządzenia do masażu nie należy stosować:

- w przypadku zwierząt;
- w przypadku wystąpienia zmian chorobowych lub obrażeń w miejscu, które ma być masowane (np. wypadnięcie dysku, otwarte rany);
- w żadnym wypadku do masażu okolic serca u osób z rozrusznikiem serca – należy wtedy zasięgnąć porady lekarza także odnośnie do innych części ciała;
- do masowania spuchniętych, oparzonych, będących w stanie zapalnym partii skóry i ciała;
- w przypadku ran szarpanych, trądziku i innych chorób skórnych;
- podczas ciąży;
- do masowania obszarów twarzy (oczy), krtani lub innych wrażliwych części ciała;
- do masażu stóp;
- podczas snu;
- po zażyciu leków lub spożyciu alkoholu (ograniczona zdolność percepcji!);
- w pojeździe samochodowym.

Przed użyciem urządzenia należy skonsultować się z lekarzem przede wszystkim, gdy pacjent:

- poważnie choruje lub przeszedł operację górnych części ciała;
- ma wszczepiony rozrusznik serca, implanty lub inne środki pomocnicze;
- ma skłonności do tworzenia się zakrzepów;
- choruje na cukrzycę;
- odczuwa ból z niewyjaśnionych przyczyn.



OSTRZEŻENIE

Opakowanie przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Istnieje ryzyko uduszenia.

Porażenie prądem elektrycznym



OSTRZEŻENIE

Tak jak każde urządzenie elektryczne, również to urządzenie należy użytkować w sposób ostrożny i rozważny, aby uniknąć porażenia prądem elektrycznym.

Zasady użytkowania urządzenia:

- urządzenie należy stosować wyłącznie z dostarczonym zasilaczem, podłączając go do sieci o napięciu podanym na zasilaczu;
- nie wolno używać urządzenia lub akcesoriów, jeśli mają one widoczne uszkodzenia;
- nie wolno korzystać z urządzenia podczas burzy.

W razie uszkodzeń lub niewłaściwego działania urządzenie należy natychmiast wyłączyć i odłączyć od zasilania. Przy wyjmowaniu zasilacza z gniazdka nie ciągnąć za przewód ani za urządzenie. Nie wolno trzymać ani przenosić urządzenia za kabel zasilania. Kable należy ułożyć z dala od gorących powierzchni. Nie zaciskać, nie zaginać ani nie przekreślać kabla. Nie wkuwać igieł ani innych ostrych przedmiotów.

Urządzenie, pilot, zasilacz i kabel nie mogą mieć kontaktu z wodą, parą ani innymi cieczami. Dlatego też z urządzenia wolno korzystać tylko w suchych pomieszczeniach (np. nigdy w wannie ani w saunie).

W żadnym wypadku nie wolno sięgać po urządzenie, jeśli wpadło do wody. Należy natychmiast wyjąć wtyczkę z gniazda.

W przypadku widocznych uszkodzeń nie należy używać urządzenia ani akcesoriów.

Nie narażać urządzenia na uderzenia mechaniczne ani upadki.

Naprawa



OSTRZEŻENIE

- Naprawy urządzeń elektrycznych mogą być wykonywane wyłącznie przez fachowców. Nieodpowiednio przeprowadzona naprawa może spowodować poważne zagrożenia dla użytkownika. W celu naprawy należy zwrócić się do serwisu lub autoryzowanego dystrybutora.
- Nie wolno otwierać zamka błyskawicznego maty do jogi i rozciągania. Można to zrobić wyłącznie w celach techniczno-produkcyjnych.

Zagrożenie pożarowe



OSTRZEŻENIE

W przypadku użycia niezgodnego z przeznaczeniem lub nieprzestrzegania niniejszej instrukcji obsługi może dojść do zagrożenia pożarowego!

Zasady użytkowania urządzenia:

- nie używać pod przykryciem, np. pod kocem lub poduszką;
- nie używać w pobliżu benzyny lub innych materiałów łatwopalnych.

Obsługa



UWAGA

Po każdym użyciu i przed każdym czyszczeniem wyłączyć urządzenie i wyciągnąć wtyczkę z gniazdka.

- Należy chronić urządzenie przed wysoką temperaturą.

4. Użytkowanie zgodne z przeznaczeniem

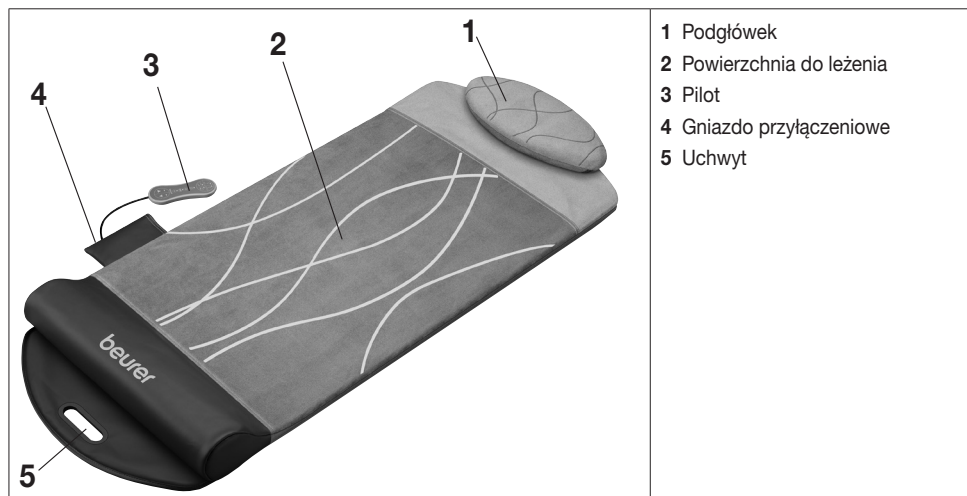
Urządzenie jest przeznaczone do rozciągania ciała człowieka.

Urządzenie **nie** jest przeznaczone dla zwierząt.

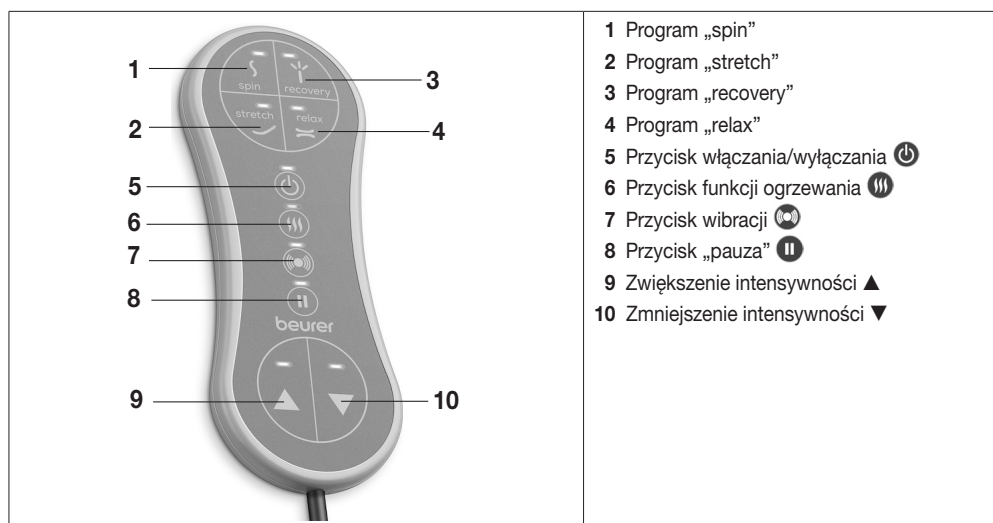
Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do **użytku domowego**, nie może służyć do celów medycznych ani komercyjnych. Urządzenie nie może zastępować leczenia zaleconego przez lekarza. Urządzenia nie należy używać w przypadku wystąpienia jednego (lub więcej) z poniższych przeciwwskazań. W razie wątpliwości dotyczących korzystania z urządzenia należy skonsultować się z lekarzem. Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku w celu określonym w niniejszej instrukcji obsługi. Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody wynikłe z nieprawidłowego ani lekkomyślnego użycia.

5. Opis urządzenia

Mata do jogi i rozciągania

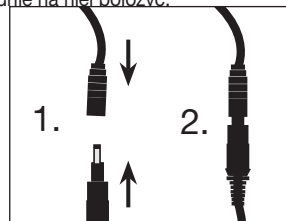


Pilot



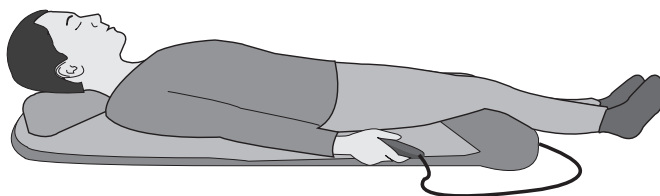
6. Uruchomienie


1. Zdjąć opakowanie.
2. Otworzyć zapięcie na rzep w macie do jogi i rozciągania.
3. Położyć rozłożoną matę do jogi i rozciągania na równej podłodze. Należy zwrócić uwagę, aby przeznaczyć odpowiednio dużo miejsca na matę do jogi i rozciągania, aby móc się wygodnie na niej położyć.
4. Sprawdzić, czy urządzenie, zasilacz i kabel nie są uszkodzone.
5. Podłączyć dostarczony zasilacz do gniazda przyłączeniowego na macie do jogi i rozciągania.
6. Umieścić zasilacz w odpowiednim gniazdku. Należy ułożyć kabel zasilania tak, aby nie można się było o niego potknąć! Mata do jogi i rozciągania jest gotowa do użycia.









7. Zastosowanie

1. Zdjąć buty. Zdjąć wszelką biżuterię. Założyć wygodne ubranie.
2. Położyć się plecami na macie do jogi i rozciągania. Zwrócić uwagę, aby głowa leżała wygodnie na podglówku i aby pośladki leżały jak najbliżej dolnego szarego podwyższenia. Jeśli obecna pozycja leżąca jest niewygodna, zmienić ją, tak aby była wygodna.






3. W celu włączenia maty do jogi i rozciągania nacisnąć na pilocie przycisk włączania/wyłączania .
4. Wybrać odpowiedni program na pilocie. Mata do jogi i rozciągania jest wyposażona w cztery różne programy do wyboru. Wszystkie cztery programy mają czas trwania wynoszący 15 minut. Po upływie 15 minut mata do jogi i rozciągania wyłącza się automatycznie.

 spin	Ten program nadaje się szczególnie do bioder, lędźwi i ramion. Dzięki lekkim ruchom obrotowym można złagodzić ewentualne napięcia w obszarze bioder, lędźwi lub ramion.
 recovery	Ten program pomaga zrelaksować się i zyskać nową energię.
 stretch	Program zapewnia delikatne rozciąganie kręgosłupa na całej jego długości. Dzięki temu użytkownik czuje się bardziej elastyczny i ma poczucie równowagi, jak po sesji jogi.
 relax	Ten program zapewnia mocno odprężoną pozycję całego ciała i pomaga zrelaksować się po ciężkim dniu.

- Wybrać za pomocą przycisków ▲ i ▼ odpowiednią intensywność. Urządzenie oferuje łącznie trzy stopnie intensywności. Zalecamy rozpoczęcie od najniższego poziomu intensywności. Urządzenie uruchamia się automatycznie na średnim stopniu intensywności. Następnie należy ostrożnie sprawdzić, czy korzystanie z urządzenia jest przyjemne. Korzystanie z urządzenia powinno być zawsze odczuwane jako przyjemne i odprężające. Jeśli korzystanie z urządzenia jest odczuwane jako bolesne lub nieprzyjemne, należy je przerwać lub zmienić pozycję leżenia.
- Mata do jogi i rozciągania umożliwia dodatkowo włączenie ogrzewania lub wibracji, aby użytkowanie było jeszcze przyjemniejsze. Aby włączyć funkcję ogrzewania, należy nacisnąć na pilocie przycisk ogrzewania . Aby włączyć funkcję wibracji, należy nacisnąć na pilocie przycisk wibracji . Aby ponownie wyłączyć ogrzewanie/wibracje, należy ponownie nacisnąć odpowiedni przycisk.

Wskazówka

Można w dowolnym momencie przerwać korzystanie z urządzenia za pomocą przycisku „pauza” . Aby kontynuować korzystanie z urządzenia, należy nacisnąć ponownie przycisk „pauza” .

- Aby zakończyć korzystanie z ustawionego programu przed upływem 15 minut, należy nacisnąć przycisk włączania/wyłączania . Urządzenie jest teraz wyłączone.
- Po każdym użyciu wyciągnąć zasilacz z gniazdka.

8. Wskazówki dot. optymalnego relaksu

- Podczas rozciągania starać się zrelaksować, aby korzystać z terapii w miarę możliwości bez napięć.
- Oddychać powoli i głęboko przez nos i starać się zachować równomierny rytm oddychania.
- W przypadku programów z ruchami obrotowymi można delikatnie poddać się ruchowi głową lub ciałem.
- Na początku ostrożnie przyzwyczaić ciało do ruchów rozciągających. Gdy użytkownik przyzwyczai się do terapii i dobrze się przy niej czuje, można powtarzać terapię dowolną liczbę razy.

9. Czyszczenie i konserwacja

Czyszczenie





OSTRZEŻENIE

- Przed każdym czyszczeniem należy wyjąć zasilacz z gniazdka i odłączyć go od urządzenia.
- Urządzenie należy czyścić tylko w podany sposób. Nie wolno dopuścić, aby do środka urządzenia lub akcesoriów dostały się płyny.
- Mniejsze plamy można usunąć szmatką lub zwilżoną gąbką, ewentualnie delikatnym środkiem piorącym. Nie należy używać środków czyszczących zawierających rozpuszczalniki.
- Urządzenie może być używane dopiero po całkowitym wysuszeniu.

Przechowywanie

Jeśli urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, należy przechowywać je w oryginalnym opakowaniu w suchym miejscu. Na opakowaniu nie należy kłaść innych przedmiotów.

10. Postępowanie w przypadku problemów

Problem	Przyczyna	Rozwiązanie
Brak pompowania 7 komór powietrznych urządzenia.	Nie podłączono zasilacza do urządzenia.	Podłączyć zasilacz do urządzenia i włączyć urządzenie przyciskiem włączania/wyłączania  .
	Urządzenie wyłącza się automatycznie po 15 minutach korzystania z programu (automatyczne wyłączenie).	Włączyć ponownie urządzenie przyciskiem włączania/wyłączania  .

11. Utylizacja

W związku z wymogami w zakresie ochrony środowiska nie należy wyrzucać urządzenia po zakończeniu eksploatacji wraz z odpadami domowymi. Urządzenie należy oddać do utylizacji w odpowiednim punkcie zbiórki. Urządzenie należy przekazać do utylizacji zgodnie z dyrektywą WE o zużytych urządzeniach elektrycznych i elektronicznych – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). W razie pytań należy zwrócić się do odpowiedniej instytucji odpowiedzialnej za utylizację.



12. Dane techniczne

Zasilanie sieciowe: Wejście Wyjście	100–240 V~, 50/60 Hz, 0,8 A 12,0 V — 3,0 A, 36,0 W
Średnia wydajność podczas eksploatacji:	≥ 87,85 %
Sprawność przy niskim obciążeniu (10 %):	≥ 83,45 %
Pobór mocy przy braku obciążenia:	≤ 0,08 W
Wymiary	127 x 55 x 10 cm
Waga	ok. 5,5 kg

13. Gwarancja/serwis

Firma Beurer GmbH, Söflinger Straße 218, D-89077 Ulm (zwana dalej „Beurer”) udziela gwarancji na ten produkt na następujących warunkach i w poniżej opisanym zakresie.

Poniższe warunki gwarancji nie naruszają ustawowych zobowiązań gwarancyjnych sprzedającego wynikających z umowy kupna zawartej z kupującym.

Gwarancja obowiązuje również w sposób nienaruszający bezwzględnie obowiązujących przepisów dot. odpowiedzialności.

Firma Beurer gwarantuje bezawaryjne działanie oraz kompletność niniejszego produktu.

Obowiązujący na całym świecie okres gwarancji obejmuje 3 lata/lat, licząc od zakupu nowego, nieużywanego produktu przez kupującego.

Niniejsza gwarancja dotyczy tylko produktów nabytych przez kupującego jako konsumenta wyłącznie w celach prywatnych w ramach użytku domowego.

Obowiązuje niemieckie prawo.

Jeśli w okresie obowiązywania gwarancji produkt zostanie uznany za niekompletny lub wadliwy w działaniu zgodnie z poniższymi postanowieniami, firma Beurer bezpłatnie wymieni go lub naprawi zgodnie z niniejszymi warunkami gwarancji.

Jeśli kupujący chce zgłosić reklamację gwarancyjną, najpierw kontaktuje się z lokalnym dealerem: patrz załączona lista „Service International” z adresami serwisowymi.

Następnie kupujący otrzymuje dalsze informacje dot. rozpatrywania reklamacji gwarancyjnej, np. gdzie wysłać produkt i jakie dokumenty są wymagane.

Roszczenie z tytułu gwarancji będzie rozpatrywane tylko wtedy, gdy kupujący może przedłożyć

- kopię faktury/paragon zakupu oraz
 - oryginalny produkt
- firmie Beurer lub autoryzowanemu partnerowi firmy Beurer.

Niniejsza gwarancja wyraźnie nie obejmuje:

- zużycia wynikającego z normalnego użytkowania lub zużywania się produktu;
- dostarczanych z tym produktem akcesoriów, które zużywają się lub ulegają zużyciu podczas prawidłowego użytkowania (np. baterii, akumulatorów, mankietów, uszczeltek, elektrod, źródeł światła, nakładek i akcesoriów inhalatora);

- produktów, które były używane, czyszczone, przechowywane lub konserwowane w niewłaściwy sposób i/lub niezgodnie z treścią instrukcji obsługi, a także produktów, które zostały otwarte, naprawione lub zmodyfikowane przez kupującego lub centrum serwisowe nieautoryzowane przez firmę Beurer;
- uszkodzeń powstałych podczas transportu między producentem a klientem lub między centrum serwisowym a klientem;
- produktów, które zostały zakupione jako artykuły grupy B („B-Ware”) lub jako artykuły używane;
- szkód następczych, które wynikają z wady tego produktu (w tym przypadku mogą jednak istnieć roszczenia z tytułu odpowiedzialności za produkt lub wynikające z innych bezwzględnie obowiązujących przepisów prawa dot. odpowiedzialności).

Naprawy lub całkowita wymiana w żadnym wypadku nie przedłużają okresu gwarancji.



Beurer GmbH • Söflinger Str. 218 • 89077 Ulm, Germany
www.beurer.com • www.beurer-healthguide.com
www.beurer-gesundheitsratgeber.com



643.49_MG280_2020-03-03_04_IM1_BEU